



PLAN DE ESTUDIO PARA TCAES

Domina los 10 primeros temas del temario del SAS con una organización del estudio clara, práctica y eficaz.

PÍLDORASPARATCAES.ES



PLAN DE ESTUDIO PARA TCAES

Esta guía te ayuda a organizar tu tiempo, y memorizar lo esencial sin agobios. Incluye planificadores, calendario de estudio día a día, consejos para mantener la motivación y, si lo necesitas, el temario común del SAS para descargar en PDF.

CONTENIDO

1
FAMILIARIZACIÓN

2
PROFUNDIZACIÓN

3
CONSOLIDACIÓN

4
PLANIFICADORES

5
LEGISLACIÓN

6
BIENESTAR

INTRODUCCION

El temario común de las oposiciones del Servicio Andaluz de Salud (SAS) es una parte fundamental en la preparación de los aspirantes. Dominar estos temas no solo te permitirá obtener una base sólida en aspectos legales, organizativos y éticos del sistema sanitario, sino que también te facilitará la comprensión del temario específico.

Los diez temas que componen esta guía abordan conceptos clave como la Constitución Española, la organización sanitaria en Andalucía, la protección de datos, la prevención

de riesgos laborales y la igualdad de género, entre otros.

Esta guía de estudio está diseñada para que sigas un método estructurado y progresivo, asegurando que la información se retenga de manera efectiva. Se han integrado técnicas de aprendizaje activo, como esquemas, mapas conceptuales y simulacros de examen, para reforzar los conocimientos adquiridos.

Prepárate para optimizar tu tiempo de estudio y adquirir los conocimientos necesarios para superar con éxito las oposiciones del SAS.

**¡TU ESFUERZO Y DEDICACIÓN
SERÁN LA CLAVE DEL ÉXITO! 💪**





1 FASE

FAMILIARIZACIÓN (SEMANAS 1-2)

PILDORASPARATCAES.ES







FASE 1: FAMILIARIZACIÓN (SEMANAS 1-2)

Semana 1






Día 1-2: Tema 1 – La Constitución Española de 1978

-  Lectura general: Valores superiores y principios inspiradores.
-  Derechos y deberes fundamentales: Identificación y explicación de cada uno.
-  Actividad: Elaborar un esquema con los principios fundamentales.
-  Técnica de memorización: Relaciona cada derecho con una situación real.




Día 3-4: Tema 2 – Estatuto de Autonomía para Andalucía

-  Lectura de los apartados clave: Título Preliminar y Título I (derechos sociales).
-  Competencias en salud y organización institucional de la Junta de Andalucía.
-  Actividad: Comparación entre la Constitución y el Estatuto en materia de salud.



Día 5: Repaso de la semana

-  Tarjetas de memoria con conceptos clave.
-  Mini test con preguntas de autoevaluación.



Día 6-7: Descanso y actividades de relajación.



FASE 1: FAMILIARIZACIÓN (SEMANAS 1-2)

Semana 2



Día 1-2: Tema 3 – Organización Sanitaria (I)

- 📄 Ley General de Sanidad (14/1986): Principios generales del sistema de salud.
- 🏥 Estructura del Sistema Sanitario Público de Andalucía (SSPA).
- 🔄 Actividad: Crear un diagrama con la organización del SSPA.



Día 3-4: Tema 4 – Organización Sanitaria (II)

- 📄 Estructura y funciones del SAS y la Consejería de Salud.
- 🏥 Asistencia sanitaria: Atención Primaria, Especializada y Hospitales.
- 🔄 Actividad: Elaborar un resumen con la organización de la asistencia sanitaria en Andalucía.



Día 5: Repaso de la semana

- 🔍 Esquema general de los temas estudiados.
- 🎯 Preguntas tipo test.



Día 6-7: Descanso y actividades de relajación.



2

FASE

PROFUNDIZACIÓN (SEMANAS 3-6)

PILDORASPARATCAES.ES



FASE 2: PROFUNDIZACIÓN (SEMANAS 3-6)

Semana 3



Día 1-3: Tema 5 – Ley Orgánica 3/2018 y Ley 1/2014

- 🔍 Estudio detallado de los principios de protección de datos
- 📁 Análisis de los derechos de acceso, rectificación, supresión, etc.
- ✅ Actividad: Crear una lista con los derechos clave.



Día 4-5: Tema 6 – Prevención de Riesgos Laborales

- 📖 Ley 31/1995: Derechos y obligaciones en PRL.
- 🧑 Actividad: Diseñar un cuadro con medidas preventivas para TCAEs.



Día 6: Repaso de la semana

- 🎯 Test y preguntas de repaso.



Día 7: Descanso.



FASE 2: PROFUNDIZACIÓN (SEMANAS 3-6)

Semana 4



Día 1-3: Tema 7 – Igualdad de Género y Violencia de Género

- 📖 Análisis de la Ley 12/2007 y Ley 13/200729,
- 🧑 Identificación de las políticas públicas para la igualdad
- 🌟 Actividad: Esquema sobre derechos y políticas públicas de igualdad.



Día 4-5: Tema 8 – Estatuto Marco del Personal Estatutario

- 📖 Clasificación del personal estatutario y derechos laborales.
- 🔄 Actividad: Crear una tabla comparativa de los tipos de personal.



Día 6: Repaso de la semana

- 🎯 Establecer los puntos clave de cada esquema.



Día 7: Descanso.



3

FASE

CONSOLIDACIÓN
(SEMANAS 7-8)

PILDORASPARATCAES.ES





FASE 3: CONSOLIDACIÓN (SEMANAS 7-8)

Semana 5





Día 1-3: Tema 9 – Autonomía del Paciente y Documentación Clínica

-  Estudio de los principios generales y el derecho a la información.
-  Análisis del consentimiento informado y la historia clínica.



Día 4-5: Tema 10 – Tecnologías de la Información y Comunicaciones en el SAS

-  Estudio de los sistemas de información corporativos (DIRAYA, BDU, RELE).
-  Actividad: Elaboración de esquemas sobre los sistemas informáticos del SAS.



Día 6: Repaso de la semana

-  Elaborar un mapa conceptual en el que figuren las relaciones entre el tema y el tema 10



Día 7: Descanso.





FASE 3: CONSOLIDACIÓN (SEMANAS 7-8)

Semana 6



Día 1-3: Repaso general de los Temas 5, 6 y 7

-  Identificación de los puntos débiles.
-  Elaborar un esquema que contenga estos puntos




Día 4-5: Repaso general de los Temas 8, 9 y 10

-  Enfoque en la normativa específica del SAS.



Día 6: Simulacro de examen

-  Evaluación de conocimientos, con exámenes de otros años o provincias



Día 7: Descanso.



FASE 3: CONSOLIDACIÓN (SEMANAS 7-8)

Semana 7



Día 1-3: Repaso intensivo de los temas con mayor dificultad

-  Explicar los temas a otra persona para reforzar el aprendizaje.



Día 4-5: Resolución de exámenes de años anteriores

-  Identificación de patrones en preguntas de examen.



Día 6: Simulacro de examen

-  Condiciones reales de examen. Resolver un ejercicio entero con control del tiempo. Evaluación de conocimientos



Día 7: Descanso.



FASE 3: CONSOLIDACIÓN (SEMANAS 7-8)

Semana 8



Día 1-5: Repaso general de todos los temas

- 📅 Creación de resúmenes y esquemas.



Día 6: Simulacro de examen final

- 🎯 Autoevaluación y ajuste de últimos detalles.



Día 7: Descanso



4

EL TEMARIO

PILDORASPARATCAES.ES

IMPORTANCIA DE UN BUEN TEMARIO

Contar con un temario estructurado y actualizado marcará la diferencia en tu estudio. Si quieres un temario completo, actualizado y fiable, en Píldoras para TCAEs 🍷📖💙 hemos preparado un material que cumple con todos los requisitos.




📌 ¿Qué hace diferente a nuestro temario?

- ✅ Estructurado y ordenado, para asegurar que estudias lo que realmente entra en el examen.
- ✅ Fuentes oficiales incluidas en cada tema para que puedas comprobar la información y ampliar conocimientos.
- ✅ Adaptado a la convocatoria oficial del SAS para TCAEs.
- ✅ Más de 90 páginas en PDF con los 10 temas de común

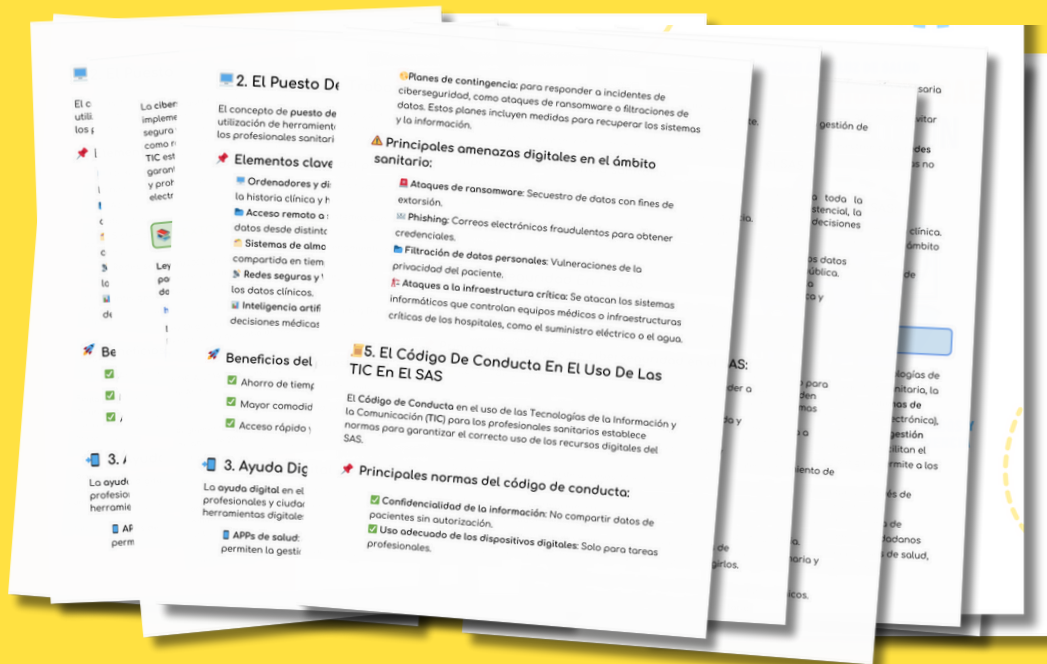


IMPORTANCIA DE UN BUEN TEMARIO

 **HEMOS CREADO EL PACK PERFECTO PARA QUE APROVECHES AL MÁXIMO TU TIEMPO DE ESTUDIO**

-  **17** Planificadores de estudio personalizados según los temas.
-  Guía de organización por días para distribuir el contenido de forma efectiva.
-  Hojas de seguimiento para evaluar tu progreso y repasar lo más importante.

 **Disponible en: pildorasparatcaes.es**





5

PLANIFICADORES

PILDORASPARATCAES.ES



¿POR QUÉ INCLUIR PLANIFICADORES EN LA GUÍA DE ESTUDIO?

El estudio para las oposiciones del SAS es un proceso que requiere organización, constancia y planificación estratégica. A menudo, los opositores se sienten abrumados por la cantidad de temario y la necesidad de mantener un ritmo de estudio constante sin perder de vista el repaso ni la consolidación de conocimientos.

Por esta razón, hemos incorporado tres tipos de planificadores en la guía de estudio, con el objetivo de ayudarte a estructurar tu tiempo de manera eficiente y maximizar tu rendimiento sin descuidar el descanso y la revisión.



PLANIFICADOR DIARIO

Este formato es útil para establecer objetivos concretos en cada jornada de estudio:

1. Anota el tema y subtema específico en el que te enfocarás.
2. Define actividades como lecturas, esquemas, tarjetas de memoria o simulacros.
3. Establece un tiempo estimado para cada tarea.
4. Marca las tareas completadas para llevar un control del avance.



PLANIFICADOR SEMANAL

Este planificador te permitirá tener una visión general de tu progreso semanal:

1. Define los temas a estudiar al inicio de la semana.
2. Asigna los días para cada tema y actividad.
3. Deja un día de repaso para reforzar los conocimientos adquiridos.
4. Evalúa tu rendimiento al final de la semana y ajusta el ritmo si es necesario.



PLANIFICADOR MENSUAL

El planificador mensual te ayuda a organizar todo el temario en el tiempo disponible:

1. Divide el temario en bloques según la planificación sugerida en esta guía.
2. Señala las fechas de repaso y simulacros de examen.
3. Asegura un equilibrio entre estudio y descanso para mantener la motivación.



Planificador diario

Fecha:

L M X J V S D

Mi plan del día

5:00 a.m.

6:00 a.m.

7:00 a.m.

8:00 a.m.

9:00 a.m.

10:00 a.m.

11:00 a.m.

12:00 p.m.

1:00 p.m.

2:00 p.m.

3:00 p.m.

4:00 p.m.

5:00 p.m.

6:00 p.m.

7:00 p.m.

8:00 p.m.

9:00 p.m.

10:00 p.m.

11:00 p.m.

Mi estado de ánimo



Mis prioridades



Lista de tareas



Notas

Para mañana

Planificador semanal

Mes:

Objetivo:

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

Domingo

Lista de tareas

- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐

Notas

Planificador mensual

Mes:

Objetivo:

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo

Notas



6

LEGISLACIÓN IMPRESCINDIBLE

PILDORASPARATCAES.ES

LEGISLACIÓN IMPRESCINDIBLE

El estudio del temario del SAS exige conocer a fondo la normativa vigente que regula aspectos clave del sistema sanitario, la protección de derechos y la organización de los servicios de salud en Andalucía. Estas son las leyes que debes dominar:

👍 **Tema 1:** La Constitución Española de 1978

👍 **Tema 2:** Ley Orgánica 2/2007, de 19 de marzo, de Reforma del Estatuto de Autonomía para Andalucía

👍 **Tema 3:**

Ley 14/1986, de 25 de abril, General de Sanidad

Ley 2/1998, de 15 de junio, de Salud de Andalucía

👍 **Tema 4:** No se mencionan leyes específicas en el tema 4

👍 **Tema 5:**

Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales

Ley 1/2014, de 24 de junio, de Transparencia Pública de Andalucía

👍 **Tema 6:** Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales.

👍 **Tema 7:**

Ley 12/2007, de 26 de noviembre, para la promoción de la igualdad de género en Andalucía

Ley 13/2007, de 26 de noviembre, de medidas de prevención y protección integral contra la violencia de género

👍 **Tema 8:** Ley 55/2003, de 16 de diciembre, del Estatuto Marco del personal estatutario de los servicios de salud

👍 **Tema 9:** Ley 41/2002, de 14 de noviembre, básica reguladora de la autonomía del paciente y de derechos y obligaciones en materia de información y documentación clínica

👍 **Tema 10:** No se mencionan leyes específicas, pero se relaciona con las tecnologías de la información y comunicaciones en el Servicio Andaluz de Salud



7

MOTIVACIÓN Y BIENESTAR

PILDORASPARATCAES.ES

CONSEJOS PARA MANTENER LA MOTIVACIÓN Y EL BIENESTAR

Estudiar para las oposiciones del SAS es un reto que requiere constancia, disciplina y una buena gestión del bienestar personal. Para mantener un ritmo de estudio efectivo sin caer en el agotamiento, sigue estos consejos:

zz Descanso y Gestión del Tiempo

- 📌 Respetar tus horas de sueño: Dormir al menos 7-8 horas al día mejora la concentración y el rendimiento cognitivo.
- ⌚ Haz pausas programadas: La técnica Pomodoro (25 minutos de estudio y 5 de descanso) puede ayudarte a mantener la concentración.
- 🔄 No olvides los días de descanso: El cerebro necesita tiempo para procesar la información y consolidar el aprendizaje.

🥗 Alimentación Saludable para el Estudio

- 🥑 Prioriza alimentos ricos en omega-3 (pescado, frutos secos) para mejorar la memoria.
- 🍏 Evita el exceso de cafeína y azúcar, ya que pueden generar picos de energía seguidos de fatiga.
- 💧 Bebe suficiente agua para mantener la hidratación y evitar el cansancio mental.

🏃 Ejercicio y Movimiento

- 🚶 Realiza actividad física moderada como caminar 30 minutos al día para reducir el estrés.
- 🧘 Incorpora ejercicios de estiramiento para evitar tensiones musculares tras largas horas de estudio.
- 🧘 Prueba técnicas de relajación como la respiración profunda o el mindfulness para mejorar la concentración.

CONSEJOS PARA MANTENER LA MOTIVACIÓN Y EL BIENESTAR

🧠 Estrategias para Superar el Estrés

- 📅 Organiza tu estudio: Tener un plan de estudio estructurado evita la sensación de agobio.
- ✅ Celebra los pequeños logros: Cada tema terminado es un paso más hacia tu objetivo.
- 🗣️ Busca apoyo: Compartir dudas y avances con otros opositores o familiares ayuda a mantener la motivación.
- ☀️ Mantén una actitud positiva: Visualiza tu éxito y recuerda por qué comenzaste este camino.

☀️ **RECUERDA: UNA MENTE DESCANSADA Y UN CUERPO SANO SON CLAVE PARA UN ESTUDIO EFECTIVO. CUIDA TU BIENESTAR TANTO COMO TU TEMARIO. ¡TÚ PUEDES LOGRARLO!** 📖





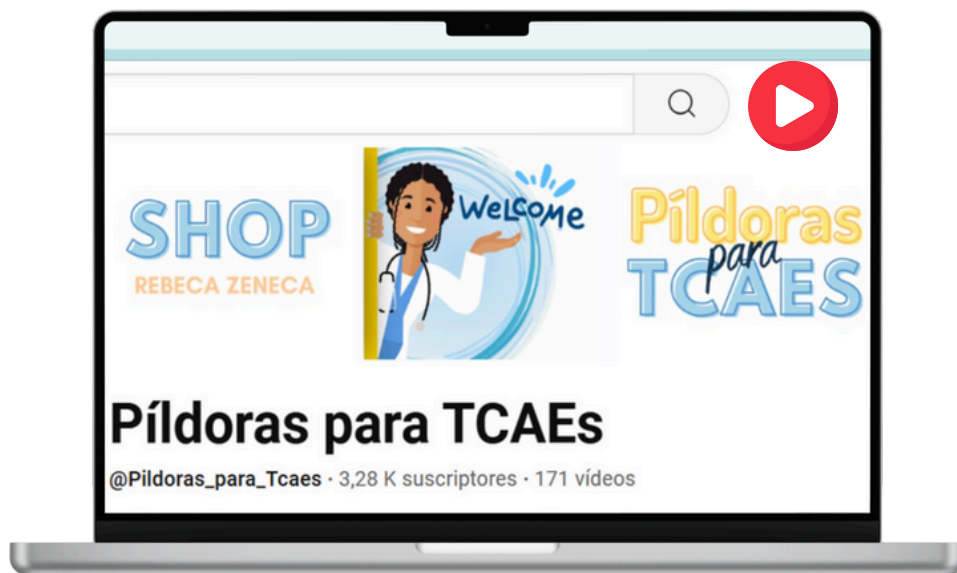
"El éxito es la suma de
pequeños esfuerzos
repetidos día tras día."

Robert Collier

PILDORASPARATCAES.ES



UN CANAL DE YOUTUBE DEDICADO



Videos, tutoriales, test, simulacros...todos los recursos puestos a tu disposición totalmente gratis.

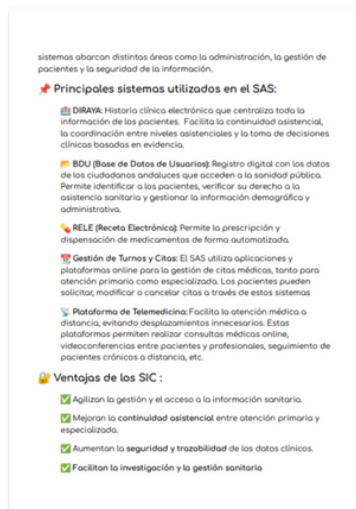
Te invitamos a suscribirte en:

https://youtube.com/@pildoras_para_tcaes

P I L D O R A S P A R A T C A E S . E S

TEMARIO COMÚN

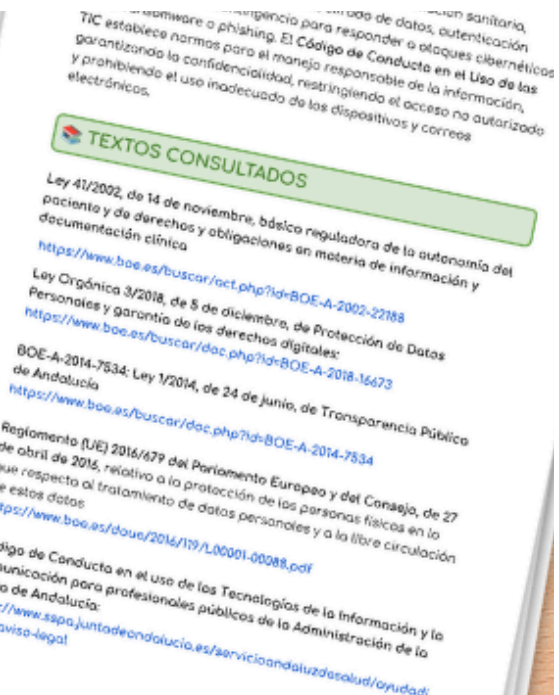
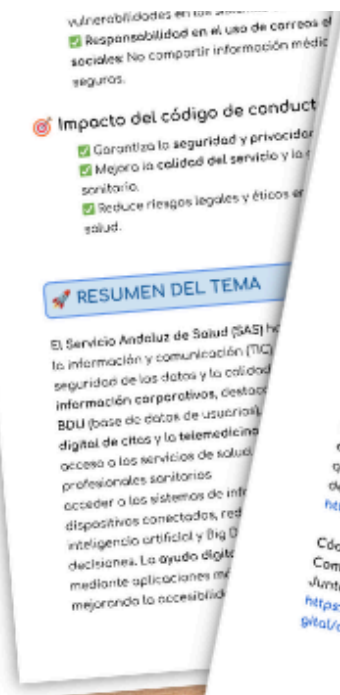
10 TEMAS | BIBLIOGRAFÍA | PDF



DESCARGA POR SOLO

14.99 €

- 90 PÁGINAS
- DESCARGA INMEDIATA
- CONVOCATORIA TCAE SAS 2025
- PDF PARA VER EN DIGITAL O IMPRIMIR
- RESUMIDO, SÓLO LO QUE ENTRA
- 90 PÁGINAS



Disponible en nuestra web

PILDORASPARATCAES.ES