



FITXA IDENTIFICATIVA

Dades de l'Assignatura

Codi	33344
Nom	Psicologia de la salut
Cicle	Grau
Crèdits ECTS	4.5
Curs acadèmic	2020 - 2021

Titulació/titulacions

Titulació	Centre	Curs	Període
1319 - Grau de Psicologia	Facultat de Psicologia i Logopèdia	4	Primer quadrimestre

Matèries

Titulació	Matèria	Caràcter
1319 - Grau de Psicologia	43 - Psicología de la Salud	Optativa

Coordinació

Nom	Departament
AMIGO BORRAS, SALVADOR	295 - Personalitat, Avaluació i Tractaments Psicològics

RESUM

L'assignatura de **Psicologia de la Salut** s'ubica en el quart **curs** del Pla d'Estudis de Grau de Psicologia. Té caràcter **optatiu** (4,5 crèdits) i forma part d'un dels quatre itineraris previstos en el verifca, concretament en el d'**Introducció a la Psicologia Clínica i de la Salut**. Com a assignatura optativa, els continguts psicològics seleccionats per a la disciplina de Psicologia de la Salut cobreixen dos objectius generals. El **primer** pretén dotar l'estudiant de les eines conceptuals bàsiques de la disciplina de la Psicologia de la Salut, a través de la seua història, de la seua definició i d'aspectes metodològics puntualment concrets, i que busquen no solapar-se amb altres assignatures del Pla d'Estudis de Grau. És per això pel que es limiten els aspectes metodològics a l'adquisició de nocions bàsiques d'epidemiologia. Amb el mateix argument d'evitar el solapament amb altres assignatures, l'avaluació es restringeix principalment a un constructe nuclear en Psicologia de la Salut: la Qualitat de Vida Relacionada amb la Salut, i als principis bàsics a tindre en compte en la part corresponent a la valoració de programes. Aquest objectiu es completa finalment amb els conceptes i models que posen en relació el comportament del ser humà i els processos de salut i malaltia, amb algunes qüestions sobre les diferències relacionades amb el gènere en salut. El **segon objectiu** arreplega una dimensió més aplicada, i s'adreça a l'enfocament principalment sobre problemes relacionats amb la salut, relativament quotidians en la població general (encara que podrien seleccionar-se'n uns altres), i que permeten d'il·lustrar l'aportació del psicòleg al seu



alleugeriment/solució. Cadascun dels temes seleccionats comença amb un marc introductori general, però sobretot interessa, en cadascun, el tipus de recursos adequats que des de la Psicologia es poden utilitzar per a la solució d'eixos problemes. Finalment, els aspectes relatius a què significa la Promoció de la salut i la prevenció de la malaltia apareixen distribuïts al llarg de diferents temes, sobretot, encara que no únicament, en aquells en què s'insisteix més en la dimensió social del comportament humà en els processos de salut i malaltia.

CONEXEMENTS PREVIS

Relació amb altres assignatures de la mateixa titulació

No heu especificat les restriccions de matrícula amb altres assignatures del pla d'estudis.

Altres tipus de requisits

COMPETÈNCIES

1319 - Grau de Psicologia

- Ser capaç d'identificar diferències, problemes i necessitats
- Ser capaç de definir els objectius i elaborar el pla bàsic de la intervenció en funció del seu propòsit (prevenció, tractament, rehabilitació, inserció, acompanyament...)
- Ser capaç d'utilitzar estratègies i tècniques per a involucrar en la intervenció els destinataris
- Saber planificar l'avaluació dels programes i les intervencions
- Ser capaç de mesurar i obtenir dades rellevants per a l'avaluació de les intervencions
- Promoure i incidir en la salut, qualitat de vida i benestar dels individus, grups, comunitats i organitzacions.

RESULTATS DE L'APRENTATGE

- Identificar i definir els diferents models i conceptes centrals en Psicologia de la Salut.
- Desenvolupar mètodes, dissenys i estratègies de recerca en el nexto entre comportament, salut, malaltia i personalitat, salut.
- Avaluar i implementar programes d'intervenció en Psicologia de la Salut: promoció de la salut i prevenció de la malaltia.



DESCRIPCIÓ DE CONTINGUTS

1. Aproximació històrica a la Psicologia de la Salut

La relació ment-cos a través de la història: holisme i dualisme. Antecedents històrics de la perspectiva biopsicosocial. El desenvolupament del model biopsicosocial de la salut i malaltia: Medicina Conductual i Psicologia de la Salut.

2. Definició de Psicologia de la Salut i conceptes centrals

Definició de Psicologia de la Salut. La Psicologia de la Salut i la seua delimitació conceptual respecte a altres disciplines. Conceptes de salut i malaltia: les definicions de l'Organització Mundial de la Salut (OMS), definicions basades en el continu salut/malaltia, definicions criteriales de salut i malaltia.

3. Avaluació en Psicologia de la Salut

Avaluació de l'estat de salut i escales de mesures de la Qualitat de Vida Relacionada amb la Salut. (CVRS). Aspectes bàsics de l'avaluació de programes

4. Aspectes metodològics: Epidemiologia

Noció d'epidemiologia. Indicadors de salut en les poblacions. Mesures de freqüència en epidemiologia. Mesures d'associació i impacte. Tipus d'estudis epidemiològics.

5. Comportament i salut

Aproximacions al concepte d'estil de vida. Pautes de comportament relacionats amb la salut. Models de canvi de conductes de salut: models del continu i models per etapes.

6. Comportament i malaltia

La distinció: malaltia (disease) i experiència de malaltia (illness). Conceptes que relacionen conducta i malaltia. Gènesi i manteniment de la conducta de malaltia. Conducta anormal com a risc per a la salut.

7. Estrès i salut

Concepte i models d'estrès. Fonaments psicofisiològics de l'estrès. Estrès i salut. Estrès i malaltia.

**8. Àmbits d'actuació (I): Exercici físic i el paper de les dietes en la salut i l'obesitat**

Exercici físic i adaptació. Efectes saludables de l'exercici físic. Riscos de l'exercici físic. Mecanismes de regulació del pes. És l'obesitat un risc per a la salut? L'obesitat i les conseqüències de les dietes. El paper de les dietes en la salut.

9. Àmbits d'actuació (II): Intervenció en la malaltia crònica

Conceptes generals d'intervenció en la malaltia. Càncer. Asma. Hipertensió. Diabetis. Còlon irritable.

10. Àmbits d'actuació (III): Dolor crònic i cefalees

Caracterització del dolor crònic. Teories explicatives del dolor. Conducta de dolor. Avaluació psicològica del dolor crònic. Tractament del dolor crònic. Mal de cap: classificació. Mecanismes explicatius del mal de cap. Avaluació i tractaments del mal de cap.

11. Àmbits d'actuació (IV): Insomni

Definició i classificació diagnòstica de l'insomni: l'insomni primari. Avaluació. Tractaments de l'insomni primari

VOLUM DE TREBALL

ACTIVITAT	Hores	% Presencial
Classes teoricopràctiques	45,00	100
Elaboració de treballs en grup	10,00	0
Estudi i treball autònom	23,00	0
Lectures de material complementari	4,50	0
Preparació d'activitats d'avaluació	15,00	0
Preparació de classes de teoria	5,00	0
Preparació de classes pràctiques i de problemes	5,00	0
Resolució de casos pràctics	5,00	0
TOTAL	112,50	

METODOLOGIA DOCENT

La metodologia de docència-aprenentatge és la següent:



La docència s'impartix fonamentalment a través d'un sistema de classes presencials, de caràcter teòric i pràctic. La classe teòrica permet la introducció i desenvolupament del contingut teòric de cada tema. Les classes pràctiques, a través de la il·lustració dels continguts, faciliten l'aprenentatge de l'alumnat al permetre una relació més dinàmica i pròxima amb els mateixos.

No obstant això, també és important la realització de seminaris o altres tasques complementàries proposades pel professorat, com la realització de treballs, individuals o grupals. Amb este tipus de tasques es fomenta el treball autònom o en grup, però també i de manera rellevant, l'adquisició de destreses respecte a la presentació i redacció de temes.

Les tutories constitueixen el mig a través del qual el professorat orienta i supervisa l'alumnat en l'elaboració de les activitats complementàries, en particular, i resol els seus dubtes o dificultats relacionades amb la matèria, en general. En definitiva, a través de les tutories, que faciliten una relació més pròxima i directa, el professorat guia l'alumnat en la construcció del seu coneixement.

AVALUACIÓ

SISTEMES D'AVAUACIÓ I PONDERACIÓ

Consta de dos apartats:

- 1.- Valoració de continguts teòrics i pràctics mitjançant proves escrites objectives, de preguntes curtes, o d'acompliment de destreses (70%).
- 2.- Realització d'informes, treballs individuals o en grup, i resolució de problemes (30%). Els lliuraments o informes són obligatoris. Quan siguen en grup, seran realitzats per 3 persones com a màxim. Els informes es vincularan al contingut del programa del curs. El professor/a podrà proposar el tipus de treball quan aquest tinga a veure amb la realització de proves diagnòstiques i implantació de programes d'intervenció en salut. Aquest treball podrà ser presentat de manera oral a la resta del grup en les sessions d'aula programades per a això, i/o per escrit.

REQUISITS MÍNIMS

- Per a superar l'assignatura, serà necessari aconseguir un domini mínim del 50% en cadascun dels apartats d'avaluació tant en primera com en segona convocatòria. Els dos apartats d'avaluació són recuperables.
- En segona convocatòria, l'alumnat podrà recuperar aquell apartat d'avaluació (tant la prova escrita com l'informe) que haja suspès en primera convocatòria i haurà d'aconseguir el mínim del 50% de la nota perquè se sume a l'altre apartat d'avaluació.



- En relació amb l'apartat sobre la realització dels informes, l'alumnat que l'haja suspès en primera convocatòria, haurà de realitzar un informe que aglutine aquells aspectes d'aprenentatge continu i l'adquisició de destreses i habilitats que s'han desenvolupat al llarg del curs, seguint la proposta del professor/a en quant a contingut i data de lliurament.

ADVERTIMENT

La còpia o plagi manifest de qualsevol tasca part de l'avaluació suposarà la impossibilitat de superar l'assignatura, sotmetent-se seguidament als procediments disciplinaris oportuns.

Tinga's en compte que, d'acord amb l'article 13. d) de l'Estatut de l'Estudiant Universitari (RD 1791/2010, de 30 de desembre), és deure d'un estudiant abstenir-se en la utilització o cooperació en procediments fraudulents en les proves d'avaluació, en els treballs que es realitzen o en documents oficials de la universitat.

En horari de tutoria, el professorat podrà requerir entrevistes individuals o en grup amb la condició de verificar el grau de participació i assoliment en els objectius fixats per a qualsevol tasca desenvolupada. No acceptar aquesta verificació, suposarà no superar la tasca o activitat en qüestió.

SISTEMA DE QUALIFICACIÓ

L'avaluació de l'assignatura i la impugnació de la qualificació obtinguda estan sotmeses a allò que disposa el Reglament d'Avaluació i Qualificació de la Universitat de València per a títols de Grau i Màster (ACGUV 108/2017 de 30 de maig de 2017).

http://www.uv.es/graus/normatives/2017_108_reglament_avaluacio_qualificacio.pdf

D'acord amb aquesta, es concreta en expressió numèrica de 0 a 10 amb un decimal, usant la següent escala de qualificació:

- De 0 a 4.9: suspens.
- De 5 a 6.9: aprovat.
- De 7 a 8.9: notable.
- De 9 a 10: excel·lent.

- La Matrícula d'Honor es concedirà a l'alumnat únicament en el cas d'obtenir una qualificació mínima de 9 en l'assignatura, i seguint l'ordre de qualificacions. Si això no és possible, perquè alguns alumnes/as han obtingut la mateixa qualificació, es realitzarà un examen escrit.



REFERÈNCIES

Bàsiques

- Amigo, I., Fernández, C. & Pérez, M. (1ª.ed: 1998; 3ª. Ed: 2009). Manual de Psicología de la Salud. Madrid. Pirámide.
- Gil Roales-Nieto, J. (dir.) (2004). Psicología de la salud. Aproximación histórica, conceptual y aplicaciones. Madrid. Pirámide.
- Morrison, V. & Bennett, P. (2008). Psicología de la Salud. United Kingdom. Prentice Hall.

Complementàries

- Badía, X., Salamero, M. & Alonso, J. (1999). La medida de la salud. Guías de escalas de medición en español. Barcelona. Edimac.
- Brannon, L. & Feist, J. (2001). Psicología de la Salud. Madrid. Paraninfo.
- Buela-Casal, G., Fernández-Ríos, L. & Carrasco, T.J. (1997). Psicología preventiva. Madrid. Pirámide.
- Buceta, J.M., Bueno, A.M. y Mas, B. (eds.)(2000). Intervención psicológica en trastornos de la salud. Madrid. Dykinson.
- Fernández-Ballesteros, R. (ed.) (1996). Evaluación de programas. Una guía práctica en ámbitos sociales, educativos y de salud. Madrid. Síntesis.
- Costa, M. & López, E. (2008). Guía práctica para promover estilos de vida saludables. Madrid. Pirámide.
- Castañeda, P.J. (coord.) (2009). Vejez, dependencia y salud. Madrid. Pirámide.
- Friedman, H.S. (ed.) (2011). The Oxford Handbook of Health Psychology. New York. Oxford University Press.
- Hernández-Aguado, I., Gil, A., Delgado, M. & Bolumar, F. (2005). Manual de epidemiología y salud pública. Buenos Aires. Panamericana.
- Referencia c10: Marks, D.F., Murria, M., Evans, B., Willig, C., Woodall, C. & Sykes, C.M. (2005). Health psychology: theory, research & practice (2a. ed.). California: Sage Publications
- Referencia c11: Matud, M.P., Rodríguez, C., Marrero, R. y Carballeira, M. (2002). Psicología del género: implicaciones en la vida cotidiana. Madrid. Biblioteca Nueva.
- Referencia c12: Morin, CH. (2011). Vencer a los enemigos del sueño. Bilbao. Desclée de Brower.
- Referencia c13: Oblitas, L.A. (2006, 2ª.ed.). Psicología de la Salud. México. Plaza y Valdés.
- Referencia c14: Pelechano, V. (2008). Enfermedades crónicas y psicología. Madrid: Klinik.
- Referencia c15: Ortigosa, J.M., Quiles, M.J. & Mendez, F. X. (coords.) (2003). Manual de Psicología de la Salud con niños, adolescentes y familia. Madrid. Pirámide.
- Referencia c16: Rodríguez-Marín, J. & Neipp, M.C. (1995). Psicología Social de la Salud. Madrid. Síntesis.
- Referencia c17: Perlis, M.L., Jungquist, C., Smith, M.T. & Posner, D. (2009). Insomnio. Una guía cognitivo-conductual de tratamiento. Bilbao. Desclée de Brower.
- Referencia c18: Sanderson, C.A. (2004). Health Psychology. New Cork. Wiley
- Referencia c19: Seligman, M.E.P. (2003). La auténtica felicidad. Barcelona. Vergara.
- Referencia c20: Simón, M.A. (ed.) (1999). Manual de Psicología de la Salud. Fundamentos, metodología y aplicaciones. Madrid. Biblioteca Nueva.



ADDENDA COVID-19

Aquesta addenda només s'activarà si la situació sanitària ho requereix i previ acord del Consell de Govern

1. CONTINGUTS

Es mantenen els continguts teoricopràctics inicialment arreglats en la guia docent sintetitzant els mateixos i sobretot emfatitzant els aspectes fonamentals de la matèria.

2. VOLUM DE TREBALL I PLANIFICACIÓ TEMPORAL DE LA DOCÈNCIA

Es manté el volum de treball que sumen les hores de dedicació en crèdits ECTS marcades en la guia docent original.

Quant a la planificació temporal i donat el model híbrid recomanat en les circumstàncies excepcionals derivades del COVID-19, la docència presencial i no presencial síncrona s'impartirà en els dies i hores fixades en l'horari de la titulació.

La setmana no presencial, la docència es durà a terme de manera online síncrona per a tot el grup.

La setmana de docència presencial, de les dues sessions de la setmana, la meitat del grup assistirà a una sessió i l'altra meitat a la següent. Aquesta divisió vindrà donada administrativament, cada alumne sabrà a quin grup pertany i no pot haver-hi canvis.

3. METODOLOGIA DOCENT

A conseqüència de les mesures sanitàries derivades del COVID-19, la docència seguirà un model híbrid.

La setmana no presencial, la docència es durà a terme de manera online síncrona de manera que l'alumnat reba la classe corresponent, la qual pot ser a través d'un enregistrament/locució, estant el professorat disponible online en l'horari corresponent de manera que s'afavorisca la interacció directa amb l'alumnat per a guiar la classe i atendre dubtes.

La setmana de docència presencial, de les dues sessions de la setmana, la meitat del grup assistirà a una sessió i l'altra meitat a la següent. En aquestes sessions es prioritzarà el contingut pràctic i la realització d'activitats complementàries proposades pel professorat que afavorisquen l'adquisició dels continguts teoricopràctics. Així mateix, es potenciarà la participació de l'alumnat.



Les tutories es duran a terme de forma no presencial, tenint en compte que des del model de docència híbrid previst pot resultar complicat organitzar horaris de tutories compatibles i a més amb la finalitat de complir amb major seguretat les restriccions sanitàries imposades. En aquest sentit, les tutories es realitzaran de manera online síncrona (en l'horari estipulat per a les mateixes).

4. AVALUACIÓ

Consta de dos apartats

1.- Prova final: Valoració de continguts teòrics i pràctics mitjançant proves escrites objectives, de preguntes curtes, o d'acompliment de destreses.

2.- Avaluació contínua: Realització d'informes, treballs individuals o en grup, i resolució de problemes. Els lliuraments o informes són obligatoris. Quan siguem en grup, seran realitzats per 3 persones com a màxim. Els informes es vincularan al contingut del programa del curs. El professor/a podrà proposar el tipus de treball quan aquest tinga a veure amb la realització de proves diagnòstiques i implantació de programes d'intervenció en salut.

La qualificació final de l'assignatura s'obté de:

- 1) 50% d'avaluació contínua.
- 2) 50% de prova final.

Està previst que la prova final es duga a terme en la data de les convocatòries oficials (Primera i Segona Convocatòria).

En el cas que arribat el moment les mesures sanitàries ens obligaren a una organització exclusivament online o, en cas de no ser factible fer una prova final presencial, es mantindrien els percentatges descrits anteriorment (50% avaluació contínua i 50% prova final) si bé la prova final s'adaptaria a les circumstàncies de no presencialitat mitjançant una activitat equivalent.

Requisits mínims:

- Per a superar l'assignatura, serà necessari aconseguir un domini mínim del 50% en cadascun dels apartats d'avaluació tant en primera com en segona convocatòria. Els dos apartats d'avaluació són recuperables.



- En segona convocatòria, l'alumnat podrà recuperar aquell apartat d'avaluació (tant la prova final com l'avaluació continua) que haja suspès en primera convocatòria i haurà d'aconseguir el mínim del 50% de la nota perquè se sume a l'altre apartat d'avaluació.
- En relació amb l'apartat d'avaluació continua, l'alumnat que l'haja suspès en primera convocatòria, haurà de realitzar un informe que aglutine aquells aspectes d'aprenentatge continu i l'adquisició de destreses i habilitats que s'han desenvolupat al llarg del curs, seguint la proposta del professor/a en quant a contingut i data de lliurament.

Així mateix, el professorat podrà requerir entrevistes individuals o en xicotet grup mitjançant videoconferència per a verificar el grau de participació i la consecució dels objectius que es persegueixen en qualsevol tasca desenvolupada. Declinar aquesta verificació per part de l'estudiantat suposarà no superar la tasca/activitat en qüestió.

Els aspectes que recull la guia docent, que no apareixen esmentats en l'addenda, respecte a l'avertiment sobre plagi i el sistema de qualificació segons el Reglament d'Avaluació i Qualificació de la UV, es mantenen tal com estan recollits en la guia.

5. BIBLIOGRAFIA

Es mantenen les referències tant bàsiques com complementàries que consten en la guia docent.

Així mateix, a inici de curs facilitarem a l'alumnat les referències corresponents a cadascun dels temes que es vagen a impartir en el primer quadrimestre de l'assignatura.