



FITXA IDENTIFICATIVA

Dades de l'Assignatura

Codi	33344
Nom	Psicologia de la salut
Cicle	Grau
Crèdits ECTS	4.5
Curs acadèmic	2021 - 2022

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.

CONEXIMENTS 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.
- Capacitat per a aplicar dissenys comparatius i usar la terminologia científica en la investigació en psicologia de la salut.
- Conèixer els diferents models que posen en relació la personalitat i la salut.
- Saber identificar patrons de comportament de risc per a la salut.
- Ser capaç de dissenyar un programa d'intervenció en psicologia de la salut.
- Ser capaç de valorar un programa d'intervenció en psicologia de la salut.
- Saber identificar problemes de salut en la població general que demanen atenció psicològica.
- Conèixer els models generals al llarg de la història sobre la salut-malaltia a fi de comprendre la interdisciplinarietat de la psicologia de la salut.



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**

L'avaluació de l'alumnat serà funció del següents apartats tant en primera com en segona convocatòria:

ES1. Prova objectiva per a la valoració de continguts teòrics i pràctics.



ES2. Presentació oral i/o escrita d'informes, treballs individuals o en grup.

PONDERACIÓ

- Valoració de continguts teòrics i pràctics mitjançant proves escrites (80%)
- Presentació oral i/o escrita d'informes, treballs individuals o en grup, en la forma i data (o dates) indicades pel professor en qüestió (20%)
- Obtindre la màxima qualificació en l'assignatura (10) no garanteix la qualificació de Matrícula d'Honor. 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 una prova addicional segons criteri del professor/a.

REQUISITS MÍNIMS

Per a superar l'assignatura, tant en primera com en segona convocatòria, és imprescindible obtenir en l'examen sobre els continguts teòric-pràctics, una nota mínima de 4 (escala 0-8 punts) i aconseguir una puntuació global de 5 sobre 10 en el sumatori de la qualificació de l'examen i la puntuació obtinguda en l'avaluació contínua (activitats pràctiques, informes, treballs en grup, exposicions orals, etc.). Òbviament, a menor puntuació en l'avaluació contínua, major serà la puntuació mínima necessària en l'examen. Esta prova es recuperable.

Valoració de les activitats d'avaluació contínua (20% de la qualificació final, recuperable). Les activitats d'avaluació contínua impliquen maneig de dades elaborades durant les classes, correcció-discussió en el si del grup, realització de treball en grup i/o la seua exposició oral, etc. Es valorarà l'assistència en aquesta mena d'activitats que seran programades i anunciades pel professor/a. Permet obtenir fins a un màxim de 2 punts, que seran sumats a la puntuació obtinguda en l'examen, sempre que en aquest s'haja aconseguit la puntuació mínima que s'indica anteriorment. Per a superar l'assignatura és imprescindible obtenir en les activitats una nota mínima de 1 (escala 0-2 punts).

Si en la primera convocatòria l'alumne/a suspèn un dels dos apartats (examen o activitats) només haurà de recuperar aqueix apartat en segona convocatòria.

Si l'alumnat no aprova les activitats en la primera convocatòria, el professor li proposarà una prova/activitat d'avaluació per a la seua recuperació en la segona convocatòria que se li comunicarà en el seu moment.

AVANÇAMENT DE CONVOCATÒRIA

En el cas d'acollir-se a la normativa vigent respecte a avançament de convocatòria, l'avaluació consistirà en la realització d'un examen sobre els continguts teòric-pràctics (que suposa el 80% de la nota final) i, si escau, la realització d'un informe, l'exposició i contingut concret del qual serà determinat pel professorat en qüestió.



ADVERTIMENT

La còpia o el plagi manifest de qualsevol tasca que forme part de l'avaluació comporta la impossibilitat de superar l'assignatura, i pot suposar el sotmetiment immediat als procediments disciplinaris oportuns.

Cal tenir 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 de l'estudiant abstenir-se d'utilitzar, o de cooperar en la utilització, de 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 professor o professora pot requerir entrevistes individuals o en grup amb la finalitat de verificar el grau de participació i d'assoliment en els objectius fixats per a qualsevol tasca desenvolupada. El fet de no acceptar aquesta verificació comporta no superar la tasca o activitat en qüestió.

SISTEMA DE QUALIFICACIÓ

La qualificació de l'assignatura quedarà sotmesa a allò que es disposa en 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 o excel·lent matrícula d'honor

Només se sumaran els diferents apartats contemplats en l'avaluació quan se supere el requisit mínim establert per a l'examen.

Tant en primera com en segona convocatòria, en l'acta de l'assignatura s'incorporarà la qualificació obtinguda d'acord amb les següents regles:

- Si no hi ha qualificació de l'apartat d'avaluació amb major ponderació, la qualificació serà NO PRESENTAT, amb independència de la resta
- Si hi ha qualificació en l'apartat d'avaluació amb major ponderació, i aquest no aconsegueix requisits mínims, es farà constar SUSPENS i nota numèrica en base 10 de la qualificació d'aquest apartat



- Si hi ha qualificació en l'apartat d'avaluació amb major ponderació, tant si s'aconsegueix requisits mínims com si no, i no s'aconsegueix el requisits mínims en l'apartat d'activitats es farà constar SUSPENS i nota numèrica en base 10 de la qualificació d'aquest apartat
- Si hi ha qualificació en l'apartat d'avaluació amb major ponderació, i aquest supera els requisits mínims establits, però no s'aconsegueix la puntuació de 5 en sumar-li la puntuació obtinguda en la resta d'activitats d'avaluació, es farà constar SUSPENS i nota numèrica en base 10 de la qualificació de l'apartat pel qual no supera l'assignatura
- Si hi ha qualificació en l'apartat d'avaluació amb major ponderació, i aquest supera els requisits mínims establits i s'aconsegueix o supera la puntuació de 5, en sumar-li la puntuació obtinguda en la resta d'activitats d'avaluació, es farà constar la nota numèrica en base 10 i qualificació d'APROVAT, NOTABLE O EXCEL·LENT que corresponga

La impugnació de la qualificació obtinguda quedarà sotmesa 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

REFERÈNCIES

Bàsiques

- Amigo, I., Fernández, C. & Pérez, M. (1^a.ed: 1998; 3^a. Ed: 2009). Manual de Psicología de la Salud. Madrid. Pirámide.
- Buceta, J.M., Bueno, A.M. y Mas, B. (Eds.) (2000). Intervención psicológica en trastornos de la salud. Madrid: Dykinson.
- Gil Roales-Nieto, J. (dir.) (2004). Psicología de la salud. Aproximación histórica, conceptual y aplicaciones. Madrid. Pirámide.
- Hernandez-Aguado, I. et al. (2005). Manual de Epidemiología y Salud Pública. Madrid: Editorial Médica Panamericana
- Morrison, V. & Bennett, P. (2008). Psicología de la Salud. United Kingdom. Prentice Hall.

Complementàries

- Báguena, M.J. (2012). Apuntes de Psicología de la Salud.
- Badía, X., Salamero, M. & Alonso, J. (1999). La medida de la salud. Guías de escalas de medición en español. Barcelona. Edimac.
- Costa, M. & López, E. (2008). Guía práctica para promover estilos de vida saludables. Madrid. Pirámide.



- Davis, M., McKay, M. y Eshelman, E.R. (1985). Técnicas de control emocional. Barcelona: Martínez Roca (pp. 179-210).
- Friedman, H.S. (ed.) (2011). The Oxford Handbook of Health Psychology. New York. Oxford University Press.
- 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.
- Morin, CH. (2011). Vencer a los enemigos del sueño. Bilbao. Desclée de Brower.
- Neidhardt, Weinstein, M. y Conry, R. (1989). Seis programas para prevenir y controlar el estrés. Bilbao: Deusto (pp. 122-164).
- Ortigosa, J.M., Quiles, M.J. & Mendez, F. X. (coords.) (2003). Manual de Psicología de la Salud con niños, adolescentes y familia. Madrid. Pirámide
- Pelechano, V. (2008). Enfermedades crónicas y psicología. Madrid: Klinik.
- Perlis, M.L., Jungquist, C., Smith, M.T. & Posner, D. (2009). Insomnio. Una guía cognitivo-conductual de tratamiento. Bilbao. Desclée de Brower.
- Sanderson, C.A. (2004). Health Psychology. New York. Wiley
- Seligman, M.E.P. (2003). La auténtica felicidad. Barcelona. Vergara
- 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 arreplegats 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 duren 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

L'avaluació segueix els mateixos criteris que la Guia Docent 2021-2022.

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.

