# FICHA IDENTIFICATIVA

## Datos de la Asignatura

| | |
|---|---|
| **Código** | 33344 |
| **Nombre** | Psicología de la Salud |
| **Ciclo** | Grado |
| **Créditos ECTS** | 4.5 |
| **Curso académico** | 2023 - 2024 |

## Titulación(es)

| Titulación | Centro | Curso | Periodo |
|---|---|---|---|
| 1319 - Grado en Psicología | Facultad de Psicología y Logopedia | 4 | Primer cuatrimestre |

## Materias

| Titulación | Materia | Carácter |
|---|---|---|
| 1319 - Grado en Psicología | 43 - Psicología de la Salud | Optativa |

## Coordinación

| Nombre | Departamento |
|---|---|
| AMIGO BORRAS, SALVADOR | 295 - Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos |

# RESUMEN

La asignatura de ***Psicología de la Salud*** se ubica en el ***cuarto curso*** del Plan de Estudios de Grado de Psicología. Su carácter es ***optativo*** (4,5 créditos) y forma parte de uno de los cuatro itinerarios contemplados en el verifica, concretamente en el de ***Introducción a la Psicología Clínica y de la Salud***. Como asignatura optativa, los contenidos psicológicos seleccionados para la disciplina de Psicología de la Salud cubren dos objetivos generales. El ***primero*** de ellos pretende dotar al estudiante de las herramientas conceptuales básicas de la disciplina de la Psicología de la Salud a través de su historia, de su definición y de aspectos metodológicos puntualmente concretos y que buscan no solaparse con otras asignaturas del Plan de Estudios de Grado. Es por ello por lo que se limitan los aspectos metodológicos a la adquisición de nociones básicas de epidemiología. Bajo el mismo argumento de la no solapación con otras asignaturas, la evaluación se restringe principalmente a un constructo nuclear en Psicología de la Salud: la Calidad de Vida Relacionada con la Salud y a los principios básicos a tener en cuenta en la parte correspondientes a la valoración de programas. Este objetivo se completa finalmente con los conceptos y modelos que ponen en relación el comportamiento del ser humano y los procesos de salud y enfermedad y con algunas cuestiones sobre las diferencias relacionadas con el género en salud. El ***segundo*** *objetivo* recoge una dimensión más aplicada, dirigiéndose el enfoque principalmente hacia problemas relacionados con la salud, relativamente cotidianos en la población general (aunque podrían

seleccionarse otros), y que permiten ilustrar la aportación del psicólogo a su alivio/solución. Cada uno de los temas seleccionados comienza con un marco introductorio general, pero sobre todo interesa en cada uno de ellos el tipo de recursos adecuados que desde la Psicología se pueden utilizar para la solución de esos problemas. Finalmente, los aspectos relativos a lo que significa la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad aparecen diluidos a lo largo de diferentes temas, sobre todo, aunque no únicamente, en aquellos en los que se insiste más en la dimensión social del comportamiento humano en los procesos de salud y enfermedad.

## CONOCIMIENTOS PREVIOS

### Relación con otras asignaturas de la misma titulación

No se han especificado restricciones de matrícula con otras asignaturas del plan de estudios.

### Otros tipos de requisitos

## COMPETENCIAS (RD 1393/2007) // RESULTADOS DEL APRENDIZAJE (RD 822/2021)

### 1319 - Grado en Psicología

- Ser capaz de identificar diferencias, problemas y necesidades
- Ser capaz de definir los objetivos y elaborar el plan básico de la intervención en función de su propósito (prevención, tratamiento, rehabilitación, inserción, acompañamiento...)
- Ser capaz de utilizar estrategias y técnicas para involucrar en la intervención a los destinatarios
- Saber planificar la evaluación de los programas y las intervenciones
- Ser capaz de medir y obtener datos relevantes para la evaluación de las intervenciones
- Promover e incidir en la salud, calidad de vida y bienestar de los individuos, grupos, comunidades y organizaciones.
- Capacidad para aplicar diseños comparativos y usar la terminología científica en la investigación en Psicología de la Salud.
- Conocer los diferentes modelos que ponen en relación la personalidad y la salud.
- Saber identificar patrones de comportamiento de riesgo para la salud.
- Ser capaz de diseñar un programa de intervención en Psicología de la Salud.
- Ser capaz de valorar un programa de intervención en Psicología de la Salud.
- Saber identificar problemas de salud en la población general que demanden atención psicológica.
- Conocer los modelos generales a lo largo de la historia sobre la salud-enfermedad con el fin de comprender la interdisciplinariedad de la Psicología de la Salud.

## RESULTADOS DE APRENDIZAJE (RD 1393/2007) // SIN CONTENIDO (RD 822/2021)

- Identificar y definir los diferentes modelos y conceptos centrales en Psicología de la Salud.

- Desarrollar métodos, diseños y estrategias de investigación en el nexto entre comportamiento, salud, enfermedad y personalidad, salud.

- Evaluar e implementar programas de intervención en Psicología de la Salud: promoción de la salud y prevención de la enfermedad.

## DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS

### 1. Aproximación histórica a la Psicología de la Salud

La relación mente-cuerpo a través de la historia: holismo y dualismo. Antecedentes históricos de la perspectiva biopsicosocial. El desarrollo del modelo biopsicosocial de la salud y enfermedad: Medicina Conductual y Psicología de la salud.

### 2. Definición de Psicología de la Salud y conceptos centrales

Definición de Psicología de la Salud. La Psicología de la Salud y su delimitación conceptual respecto a otras disciplinas. Conceptos de salud y enfermedad: las definiciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS), definiciones basadas en el continuo salud/enfermedad, definiciones criteriales de salud y enfermedad.

### 3. Evaluación en Psicología de la Salud

Evaluación del estado de salud y escalas de medidas de la Calidad de Vida Relacionada con la Salud. (CVRS). Aspectos básicos de la evaluación de programas

### 4. Aspectos metodológicos: Epidemiología

Noción de epidemiología. Indicadores de salud en las poblaciones. Medidas de frecuencia en epidemiología. Medidas de asociación e impacto. Tipos de estudios epidemiológicos.

### 5. Comportamiento y salud

Aproximaciones al concepto de estilo de vida. Pautas de comportamiento relacionados con la salud. Modelos de cambio de conductas de salud: modelos del continuo y modelos por etapas.

## 6. Comportamiento y enfermedad

La distinción: enfermedad (disease) y experiencia de enfermedad (illness). Conceptos que relacionan conducta y enfermedad. Génesis y mantenimiento de la conducta de enfermedad. Conducta anormal como riesgo para la salud.

## 7. Estrés y salud

Concepto y modelos de estrés. Fundamentos psicofisiológicos del estrés. Estrés y salud. Estrés y enfermedad.

## 8. Ámbitos de actuación (I): Ejercicio físico y el papel de las dietas en la salud y la obesidad

Ejercicio físico y adaptación. Efectos saludables del ejercicio físico. Riesgos del ejercicio físico. Mecanismos de regulación del peso. ¿Es la obesidad un riesgo para la salud? La obesidad y las consecuencias de las dietas. El papel de las dietas en la salud.

## 9. Ámbitos de actuación (II): Intervención en la enfermedad crónica

Conceptos generales de intervención en la enfermedad. Cáncer. Asma. Hipertensión. Diabetes. Colon irritable.

## 10. Ámbitos de actuación (III): Dolor crónico y cefaleas

Caracterización del dolor crónico. Teorías explicativas del dolor. Conducta de dolor. Evaluación psicológica del dolor crónico. Tratamiento del dolor crónico. Dolor de cabeza: clasificación. Mecanismos explicativos del dolor de cabeza. Evaluación y tratamientos del dolor de cabeza.

## 11. Ámbitos de actuación (IV): Insomnio

Definición y clasificación diagnóstica del insomnio: el insomnio primario. Evaluación. Tratamientos del insomnio primario

## VOLUMEN DE TRABAJO

| ACTIVIDAD | Horas | % Presencial |
|---|---|---|
| Clases teórico-prácticas | 45,00 | 100 |
| Elaboración de trabajos en grupo | 10,00 | 0 |
| Estudio y trabajo autónomo | 23,00 | 0 |
| Lecturas de material complementario | 4,50 | 0 |
| Preparación de actividades de evaluación | 15,00 | 0 |
| Preparación de clases de teoría | 5,00 | 0 |
| Preparación de clases prácticas y de problemas | 5,00 | 0 |
| Resolución de casos prácticos | 5,00 | 0 |
| **TOTAL** | **112,50** | |

## METODOLOGÍA DOCENTE

La metodología de docencia-aprendizaje es la siguiente:

La docencia se imparte fundamentalmente a través de un sistema de clases presenciales, de carácter teórico y práctico. La clase teórica permite la introducción y desarrollo del contenido teórico de cada tema. Las clases prácticas, a través de la ilustración de los contenidos, facilitan el aprendizaje del alumnado al permitir una relación más dinámica y cercana con los mismos.

No obstante, también es importante la realización de seminarios u otras tareas complementarias propuestas por el profesorado, como la realización de trabajos, individuales o grupales. Con este tipo de tareas se fomenta el trabajo autónomo o en grupo, pero también y de manera relevante, la adquisición de destrezas respecto a la presentación y redacción de temas.

Las tutorías constituyen el medio a través del cual el profesorado orienta y supervisa al alumnado en la elaboración de las actividades complementarias, en particular, y resuelve sus dudas o dificultades relacionadas con la materia, en general. En definitiva, a través de las tutorías, que facilitan una relación más cercana y directa, el profesorado guía al alumnado en la construcción de su conocimiento.

## EVALUACIÓN

### SISTEMAS DE EVALUACIÓN

La evaluación del alumnado estará en función de los siguientes apartados, tanto *en primera como en segunda convocatoria*.

SE1.- Prueba objetiva para la valoración de los contenidos teóricos y prácticos.

SE2.- Presentación oral y/o escrita de informes, trabajos individuales o en grupo.

**PONDERACIÓN**

• Valoración de contenidos teóricos y prácticos mediante pruebas escritas (80%).

• Presentación oral y/o escrita de informes, trabajos individuales o en grupo, en la forma y fecha (o fechas) indicadas por el profesorado en cuestión (20%). Las actividades de evaluación continua pertenecientes a este apartado de evaluación implican manejo de datos elaborados durante las clases, corrección-discusión en el seno del grupo, realización de trabajo en grupo y/o su exposición oral, etc. Se valorará tanto la asistencia a este tipo de actividades, que serán programadas y anunciadas por el profesor/a, como la calidad de las mismas. Este apartado es de carácter no recuperable. La nota obtenida en este apartado se mantendrá en segunda convocatoria.

**REQUISITOS MÍNIMOS**

Para superar la asignatura es imprescindible, tanto en primera como en segunda convocatoria, obtener en el examen sobre los contenidos teórico-prácticos, una nota mínima de 4 (escala 0-8 puntos) y alcanzar una puntuación global de 5 sobre 10 en el sumatorio de la calificación del examen y la puntuación obtenida en la evaluación continua (actividades prácticas, informes, trabajos en grupo, exposiciones orales, etc.). Obviamente, a menor puntuación en la evaluación continua, mayor será la puntuación mínima necesaria en el examen.

**ADELANTO DE CONVOCATORIA**

En el caso de acogerse a la normativa vigente respecto a adelanto de convocatoria, la evaluación consistirá en la realización de un examen sobre los contenidos teórico-prácticos (que supone el 80% de la nota final) y, en su caso, la realización de un informe, cuya exposición y contenido concreto será determinado por el profesorado en cuestión.

**ADVERTENCIA**

La copia o plagio manifiesto de cualquier tarea parte de la evaluación supondrá la imposibilidad de superar la asignatura, sometiéndose seguidamente a los procedimientos disciplinarios oportunos.

Téngase en cuenta que, de acuerdo con el artículo 13. d) del Estatuto del Estudiante Universitario (RD 1791/2010, de 30 de diciembre), es deber de un estudiante abstenerse en la utilización o cooperación en procedimientos fraudulentos en las pruebas de evaluación, en los trabajos que se realicen o en documentos oficiales de la universidad.

Ante prácticas fraudulentas se procederá según lo determinado por el Protocolo de actuación ante prácticas fraudulentas en la Universitat de València (ACGUV 123/2020): https://www.uv.es/sgeneral/Protocols/C83sp.pdf

En horario de tutoría, el profesorado podrá requerir entrevistas individuales o en grupo con tal de verificar el grado de participación y logro en los objetivos fijados para cualquier tarea desarrollada. No aceptar dicha verificación, supondrá no superar la tarea o actividad en cuestión.

## SISTEMA DE CALIFICACIÓN

La calificación de la asignatura quedará sometida a lo dispuesto 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 mayo de 2017).

http://www.uv.es/graus/normatives/2017_108_Reglament_avaluacio_qualificacio.pdf

De acuerdo con esta, se concreta en expresión numérica de 0 a 10 con un decimal, usando la siguiente escala de calificación:

- De 0 a 4.9: suspenso
- De 5 a 6.9: aprobado
- De 7 a 8.9: notable
- De 9 a 10: sobresaliente o sobresaliente matrícula de honor

Sólo se sumarán los diferentes apartados contemplados en la evaluación cuando se supere el requisito mínimo establecido.

Obtener la máxima calificación en la asignatura (10) no garantiza la calificación de Matrícula de Honor. La Matrícula de Honor se concederá al alumnado únicamente en el caso de obtener una calificación mínima de 9 en la asignatura, y siguiendo el orden de calificaciones. Si esto no es posible, porque algunos alumnos/as han obtenido la misma calificación, se realizará una prueba adicional según criterio del profesor/a.

Tanto en primera, como en segunda convocatoria, en el acta de la asignatura se incorporará la calificación obtenida de acuerdo con las siguientes reglas:

- Si no hay calificación del apartado de evaluación con mayor ponderación, la calificación será NO PRESENTADO, con independencia del resto.

- Si hay calificación en el apartado de evaluación con mayor ponderación, y este no alcanza requisitos mínimos, se hará constar SUSPENSO y nota numérica en base 10 de la calificación de este apartado.

- Si hay calificación en el apartado de evaluación con mayor ponderación, y éste supera los requisitos mínimos establecidos, pero no se alcanza la puntuación de 5 al sumarle la puntuación obtenida en el resto de actividades de evaluación, se hará constar SUSPENSO y nota numérica en base 10 de la calificación del apartado por el que no supera la asignatura.

- Si hay calificación en el apartado de evaluación con mayor ponderación, y éste supera los requisitos mínimos establecidos y se alcanza o supera la puntuación de 5, al sumarle la puntuación obtenida en el resto de actividades de evaluación, se hará constar la nota numérica en base 10 y calificación de APROBADO, NOTABLE O SOBRESALIENTE que corresponda.

La impugnación de la calificación obtenida quedará sometida a lo dispuesto 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 mayo de 2017). http://www.uv.es/graus/normatives/2017_108_Reglament_avaluacio_qualificacio.pdf

## REFERENCIAS

### Básicas

- Amigo, I., Fernández, C. & Pérez, M. (1ª.ed: 1998; 3ª. 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.

### Complementarias

- 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