

Unitat de Psicologia Bàsica  
Departament de Psicologia de l'Educació  
Professors teoria i docència tutoritzada: Joaquim T. Limonero i Jenny Moix  
Professors pràctiques: Maria Alvarez i Jenny Moix

## **OBJECTIUS**

---

- 1.- Descriure les diferents aportacions de la Psicologia en el camp de l'educació per a la salut.
- 2.- Promoure l'aplicació pràctica en diferents àmbits (socials, mèdics, educatius...) dels principis de l'educació per a la salut.

## **TEMARI**

---

- 1) Què és l'educació per a la salut?
  - 1.1.- Definició de salut i d'Educació per a la Salut.
  - 1.2.- Objectius de l'Educació per a la Salut.
  - 1.3.- Importància de l'Educació per a la Salut.
  - 1.4.- Àmbits d'actuació.
- 2) Què són els estils de vida?
  - 2.1.- Definició d'estils de vida.
  - 2.2.- Avaluació d'estils de vida
- 3) Perquè adoptem estils de vida no saludables?
  - 3.1.- Variables i models de salut socio-cognitius
- 4) Com promoure el canvi?
  - 4.1.- El model PRECEDE-PROCEED
  - 4.2.- El mapa d'Intervenció
  - 4.3.- Estratègies pel canvi en Educació per a la Salut

## **ESTIMACIÓ D'HORES**

---

Per tal que l'alumnat assimili correctament els continguts de l'assignatura, cal l'aprofundiment dels continguts teòrics treballats a classe mitjançant la consulta dels manuals i la lectura del dossier que complementa aquests continguts. Aquesta tasca implica una dedicació no presencial d'unes tres hores setmanals aproximadament.

## **PRÀCTIQUES**

---

Objectiu: aprendre a aplicar els conceptes i mètodes de l'educació per a la salut en un camp concret d'aquesta disciplina.

Les pràctiques consistiran en el disseny i implementació d'un treball a on s'aplicaran els principis de l'educació per a la salut en algun àmbit (socials, mèdics, educatius...) i a on es treballarà un tema concret (drogoaddicció, exercici físic, alimentació, valors,...).

A les diferents sessions de pràctiques es farà un seguiment de cadascun dels treballs. Els treballs de pràctiques es realitzaran en grup. Per a l'avaluació del treball s'haurà d'exposar de forma oral i lliurar un informe escrit.

## **DOCÈNCIA TUTORITZADA**

---

Objectius: aprofundir en alguns aspectes pràctics de l'educació per a la salut.

Es donarà als estudiants la oportunitat de col·laborar en diferents centres que es dediquen a l'Educació per a la Salut. La dedicació de temps per part de l'estudiant dependrà del projecte del centre i de la disponibilitat de l'estudiant.

L'avaluació d'aquesta col·laboració es farà en diferents reunions al llarg del curs amb el professor de docència tutoritzada.

## **AVALUACIÓ**

---

Els continguts teòrics de l'assignatura s'avaluaran en un únic examen. Aquest examen serà de tipus mixta amb preguntes tancades ("tipus test") i preguntes obertes.

Els continguts pràctics s'avaluaran en un treball en grup.

Les condicions indispensables per aprovar l'assignatura seran:

- 1) aprovar l'examen teòric
- 2) aprovar el treball pràctic

La nota final de l'assignatura serà el resultat del 70% de la nota de l'examen i el 30% de la nota obtinguda en el treball.

Cal tenir present, que si un estudiant presenta només el treball (tant si aquest està aprovat com si no) i no fa l'examen tipus test, la nota final serà de suspens. El mateix succeeix si l'alumne només fa l'examen i no entrega el treball.

## **BIBLIOGRAFIA**

---

- 1.- Balaguer, I. (2002). Estilos de vida en la adolescencia. Valencia: promolibro.
- 2.- Buela-Casal, G., Fernández-Rios, L. i Carrasco, T.J. (1997). Psicología preventiva. Avances recientes en técnicas y programas de prevención. Madrid: Pirámide.
- 3.- Costa, M. i Lòpez, E. (1996). Educación para la Salud. Madrid: Pirámide.
- 4.- Méndez, F.X., Macià, D. i Olivares, J. (1993). Intervención conductual en contextos comunitarios I. Programas aplicados de prevención. Madrid: Pirámide.
- 5.- Pastor, Y., Balaguer, I., Garcia-Merita, M. (1999). Estilos de vida y salud. Valencia: Albatros Educación.
- 6.- Simón, M. (1999) (Ed.). Manual de psicología de la salud. Madrid: Editorial Biblioteca Nueva.

Els llibres 3 i 5 són de caràcter general. En aquests, es comenten els diferents models teòrics dins l'Educació per a la Salut a on s'expliquen les variables predictorres de les conductes de salut i risc. Alguns capítols es dediquen a explicar les tècniques utilitzades en Educació per a la Salut pel canvi de conductes.

En els llibres 1, 2 i 4, la majoria de capítols es dediquen a tractar temes concrets dins l'Educació per a la Salut: alimentació, drogoaddicció, ...

El llibre 6, tracta d'aspectes generals de psicologia de la salut relacionats amb educació per a la salut.

## **RECOMANACIÓ ASSIGNATURES LLIURE ELECCIÓ**

---

Altres assignatures que estan relacionades amb l'Educació per a la salut són:

- Salut Pública, de la diplomatura de Teràpia Ocupacional.
- Epidemiologia general i demografia sanitària, de la llicenciatura de Medicina.
- Antropologia de la salut, de la llicenciatura de Antropologia Social i Cultural.
- Deontologia i sociologia de la prevenció, de la diplomatura de Graduat en Prevenció i Seguretat Integral.
- Comunicació i opinió pública, de la llicenciatura de Ciències Polítiques i de l'Administració.