

## EDUCACIÓ PER A LA SALUT

26962

Modificat: Juliol 2006

Unitat de Psicologia Bàsica

Departament de Psicologia Bàsica, Evolutiva i de l'Educació

Professorat: Joaquim T. Limonero, Jenny Moix, Maria Alvarez i Antoni Sanz

### OBJECTIUS

---

- 1) Conèixer què és l'Educació per a la Salut: definició, temàtica i aplicacions.
- 2) Analitzar els determinants psicològics que influencien els comportaments relacionats amb la salut. Descriure els principals models socio-cognitius de promoció de la salut.
- 3) Conèixer i saber aplicar els principals models de planificació i de intervenció en Educació per a la Salut.
- 4) Adquisició de les següents competències pràctiques:
  - 4.1. Recerca referències bibliogràfiques
  - 4.2.- Elaborar un informe utilitzant els conceptes teòrics
  - 4.3.- Disseny i aplicació d'una sessió d'educació per a la salut
  - 4.4.- Anàlisis crítics de programes d'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 i quines variables influencien els comportaments de salut-risc?
  - 2.1.- Definició d'estils de vida.
  - 2.2.- Avaluació d'estils de vida
  - 2.1.- Variables i models de salut socio-cognitius
- 3) Com promoure el canvi?
  - 3.1.- El model PRECEDE-PROCEED
  - 3.2.- El mapa d'Intervenció
  - 3.3.- Estratègies pel canvi en Educació per a la Salut

Per a cada tema o unitat didàctica hi ha una sèrie de competències específiques i objectius d'aprenentatge que l'alumne ha d'anar assolint al llarg del curs. Aquestes competències i objectius d'aprenentatge s'aniran especificant en cada unitat didàctica.

**La docència d'aquesta assignatura s'imparteix de forma diferencial en funció del grup de**

**matriculació de l'alumne: grup 10 i grup 50.**

**ATENCIÓ: Els alumnes han d'assistir a classe i examinar-se en el mateix grup en el qual estan matriculats. No s'admetrà cap canvi de grup. Per tant, abans de matricular-se en l'assignatura heu de comprovar la vostra disposició horària.**

## GRUP 10

En aquest **mòdul 10** les pràctiques estan integrades dins de les classes de teoria. Les classes seran tipus seminari. Cada Unitat Didàctica o tema seguirà aproximadament aquest esquema:

Anàlisi-exposició de casos → extracció d' idees i conceptes principals

Treball autònom en grup i individual

Elaboració de mapes conceptuals i integració d'informació: assoliment d'objectius d'aprenentatge

Sessió d'integració global

Examen unitat didàctica corresponent

## AVALUACIÓ

---

L'alumne podrà triar entre dues formes d'avaluació o itineraris:

**Itinerari 1 (avaluació continuada):** En aquest itinerari l'assistència a classe és obligatòria en la majoria de les classes, i l'avaluació es farà en tres moments diferents del semestre i consistirà en preguntes obertes referides a les competències específiques i objectius d'aprenentatge de cada unitat temàtica treballada a classe. En la darrera avaluació també es preguntarà sobre el contingut d'un llibre de lectura obligatòria. La nota final de l'assignatura serà la suma de les notes obtingudes a cadascuna de les tres avaluacions.

Si l'alumne no es presenta a alguna de les avaluacions, automàticament haurà d'avaluar-se segons l'itinerari 2.

**Itinerari 2 (avaluació final):** En aquest itinerari, l'assistència a classe no és obligatòria. L'avaluació consistirà en un únic examen final amb preguntes obertes referides als materials de lectura obligatòria.

En la segona convocatòria, l'examen constarà de preguntes obertes referides als materials de lectura obligatòria.

Els alumnes han d'assistir a classe i examinar-se en el mateix grup en el qual estan matriculats. No s'admetrà cap canvi de grup. Per tant, abans de matricular-se en l'assignatura heu de comprovar la vostra disposició horària.

## BIBLIOGRAFIA OBLIGATORIA ITINERARI 1

---

- Miller, W.R. i Rollnick, S. (1999). *La entrevista motivacional*. Barcelona Paidós

## BIBLIOGRAFIA OBLIGATORIA ITINERARI 2

---

- Buela-Casal, G., Fernández-Rios, L. i Carrasco, T.J. (1997). *Psicologia preventiva. Avances recientes en técnicas y programas de prevención*. Madrid: Pirámide.
- Costa, M. i Lòpez, E. (1996). *Educación para la Salud*. Madrid: Pirámide. Capítols: 1, 7, 8 i 9.
- Méndez, F.X., Macià, D. I Olivares, J. (1993). *Intervención conductual en contextos comunitarios I. Programas aplicados de prevención*. Madrid: Pirámide. Capítols: 1, 2,3, 7, 12 i 13.
- Pastor, Y., Balaguer, I., i Garcia-Merita, M. (1999). *Estilos de vida y salud*. Valencia: Albatros Educación.
- Miller, W.R. i Rollnick, S. (1999). *La entrevista motivacional*. Barcelona Paidós.

### Grup 50

En el mòdul 50, hi ha dos objectius fonamentals: adquisició de coneixements teòrics i adquisició de competències pràctiques que corresponen a la part teòrica i pràctica respectivament. A la part teòrica es treballarà el temari ja exposat. La part pràctica es descriu a continuació.

## PRÀCTIQUES

---

Les pràctiques del **mòdul 50** tenen dos objectius fonamentals:

Objectiu 1: 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 (social, mèdic, educatiu...) 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.

Objectiu 2: aprendre a realitzar anàlisis crítiques de diferents sessions de programes d'educació per a la salut.

Cada grup d'alumnes haurà de realitzar una anàlisi crítica de les sessions impartides pels altres grups d'estudiants de l'assignatura. Aquesta anàlisi es recollirà en una fitxa.

## AVALUACIÓ

---

Els continguts teòrics de l'assignatura s'avaluaran en un únic examen amb 5 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
- 3) entrega de les fitxes d'anàlisi crítiques

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 lliura el treball.

## BIBLIOGRAFIA GLOBAL ASSIGNATURA (GRUP 10 i 50)

---

### Recomanada

- 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 predictores 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.

### **Obligatòria**

- Miller, W.R. i Rollnick, S. (1999). La entrevista motivacional. Barcelona Paidós

Aquest llibre de caràcter pràctic exposa les característiques que ha de tenir una entrevista per motivar el canvi de conducta.

## **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.