

Intervenció en Psicologia de la Salut

2014/2015

Codi: 102593

Crèdits: 6

Titulació	Tipus	Curs	Semestre
2502443 Psicologia	OT	4	2

Professor de contacte

Nom: Teresa Gutiérrez Rosado

Correu electrònic: Teresa.Gutierrez@uab.cat

Utilització de llengües

Llengua vehicular majoritària: espanyol (spa)

Grup íntegre en anglès: No

Grup íntegre en català: No

Grup íntegre en espanyol: Sí

Equip docent

Alba Garcia Fontanals

Albert Diaz Martinez

Prerequisits

No hi ha prerequisits.

Objectius

En finalitzar l'assignatura, l'estudiant serà capaç de:

- Reconèixer els determinants de la salut.
- Comprendre les relacions entre comportament, salut i malaltia.
- Conèixer els fonaments teòrics i metodològics en diferents àmbits aplicats.
- Adquirir habilitats bàsiques per desenvolupar programes de salut.
- Adquirir habilitats bàsiques per analitzar i modificar conductes.
- Identificar les competències dels diferents professionals de la salut
- Treballar en equip.

Competències

- Analitzar les demandes i les necessitats de persones, grups o organitzacions en diferents contextos.
- Aplicar de manera crítica, reflexiva i creativa els coneixements, habilitats i valors adquirits.
- Comunicar-se eficaçment, fent ús dels mitjans apropiats (orals, escrits o audiovisuals), tenint en compte la diversitat i tots aquells elements que puguin facilitar o dificultar la comunicació.
- Identificar i reconèixer els diferents mètodes de tractament i intervenció en els diversos àmbits aplicats de la psicologia.
- Planificar l'avaluació dels programes d'intervenció.
- Proposar i negociar les prioritats, les metes i els objectius de la intervenció amb els destinataris.
- Reconèixer els determinants i els factors de risc per a la salut, i també la interacció entre la persona i el seu entorn físic i social.
- Seleccionar i aplicar els mètodes i les tècniques recollits en el pla d'intervenció, d'acord amb els objectius establerts, en els contextos rellevants per al servei sol·licitat.

- Treballar en equip.
- Utilitzar les eines adequades per a comunicar-se.

Resultats d'aprenentatge

1. Analitzar críticament programes i intervencions publicades.
2. Aplicar de manera crítica, reflexiva i creativa els coneixements, habilitats i valors adquirits.
3. Aplicar programes i intervencions en problemes de salut en situacions simulades o de forma supervisada.
4. Descriure el procediment bàsic d'administració de les tècniques i les intervencions en psicologia de la salut.
5. Descriure les diferents metodologies i instruments d'avaluació d'intervencions en psicologia de la salut, les seves qualitats i els àmbits d'aplicació.
6. Diferenciar les implicacions psicosocials dels principals problemes de salut, els seus determinants, les seves tendències epidemiològiques i el seu pronòstic.
7. Discriminar les principals dades d'evidència sobre l'eficàcia dels diferents programes i intervencions en psicologia de la salut.
8. Distingir els diferents àmbits aplicats de l'avaluació i la intervenció psicològica en problemes de salut.
9. Exposar les principals característiques de la comunicació efectiva entre professionals i destinataris en l'àmbit de la salut.
10. Identificar els passos i etapes de l'avaluació de programes en l'àmbit de la salut.
11. Identificar els principals determinants psicològics que afecten el desenvolupament de problemes de salut i el procés per a fer-hi front.
12. Identificar les principals tècniques d'intervenció en psicologia de la salut en diferents contextos.
13. Identificar necessitats d'intervenció en problemes de salut en diferents contextos aplicats.
14. Practicar l'establiment d'objectius terapèutics en contextos simulats.
15. Reconèixer els fonaments de la comunicació emocional.
16. Reconèixer les diferents aplicacions i indicacions de les tècniques i programes d'intervenció en psicologia de la salut.
17. Treballar en equip.
18. Utilitzar les eines adequades per a comunicar-se.
19. Valorar les limitacions pràctiques i ètiques del propi camp aplicat.

Continguts

Intervenció en psicologia de la salut és una assignatura de caràcter optatiu que forma part del Bloc A de la " menció de psicologia de la salut" i s'imparteix al segon semestre del quart curs.

En el context de la menció aquesta assignatura té un caràcter formatiu generalista, aportant un marc conceptual centrat en la salutogènesis i eines metodològiques per intervenir fonamentalment en la promoció de la salut. Inclou tres blocs temàtics:

(1) Fonaments sobre els determinants de salut, la psicologia positiva i els comportaments saludables

(2) Desenvolupament de tècniques i procediments metodològics per les intervencions en l'àmbit de la promoció i prevenció de la salut, així com per dissenyar i avaluar programes de salut comunitari

(3) Anàlitzem un àmbit aplicat de gran interès com són les conductes additives.

TEMARI

BLOC I: FONAMENTS

Tema 1. Introducció a la intervenció en psicologia de la salut

Tema 2. Promoció de la salut, qualitat de vida i benestar psicològic

BLOC II: TÈCNiques I ESTRATÈGIES METODOLÒGIQUES

Tema 3. Habilitats per a la vida i adaptació al canvi: Intel·ligència emocional

Tema 4. Habilitats per a la vida i adaptació al canvi: Autoestima

Tema 5. Habilitats per a la vida i adaptació al canvi: Consciència plena (Mindfulness)

Tema 6. Disseny i planificació de programes de salut

Tema 7. Avaluació de programes de salut (I) (II)

BLOC III: APLICACIONS

Tema 8. Conductes additives: alcohol, tabac i cànnabis

Tema 9. Intervenció psicològica en tabaquisme

Tema 10. Addicció a les noves tecnologies

Metodologia

La metodologia de treball combinarà tècniques didàctiques tradicionals amb metodologies més actives:

Dirigides:

- Classes magistrals.
- Seminaris d'anàlisi i debat sobre la base de la lectura, síntesi i valoració crítica d'articles i de guia i tutorització del treball en grup.

Supervisades:

- Tutories programades amb el professorat per la revisió d'activitats dirigides.

Autònomes:

- Consultes bibliogràfiques i documentals.
- Lectoracomprehensiva de referències especificades.
- Preparació exposició oral d'articles.
- Realització de un treball en grup, poster i exposició oral.
- Estudi.

Activitats formatives

Títol	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
Tipus: Dirigides			
Classe magistral	24	0,96	4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 15, 16
Seminaris d'anàlisi i debat	12	0,48	1, 2, 3, 4, 8, 9, 12, 13, 14, 16, 17, 18, 19
Tipus: Supervisades			
Tutories	12	0,48	3, 17
Tipus: Autònomes			
Estudi	45	1,8	1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 15, 16, 19

Lectura de textos	19	0,76	6, 7, 10, 11, 19
Realització treballs	30	1,2	1, 3, 8, 11, 12, 13, 14, 18, 19

Avaluació

(EV1 / EV4) Evidència 1 i Evidència 4: Prova parcial de resposta múltiple tipus test de 40 preguntes aproximades, amb quatre alternatives de resposta i una sola correcta. La penalització que s'aplica a la correcció de la prova és d'1 / 3, és a dir, per cada 3 preguntes incorrectes s'elimina 1 pregunta correcta. El % final de cada evidència pot variar lleugerament per adaptar-se al total de temes que entrin en cada parcial.

Prerequisit: La mitjana ponderada, en funció del número de preguntes que est realitzin en els parcials de cada evidència, de les EV1 i EV4 ha de ser igual o superior a 5 sobre 10.

(EV2) Evidència 2: En els seminaris els diferents grups de treball exposaran en públic un petit resum dels articles analitzats al aula i entregaran la presentació en power-point com prova de l'evidència al professor.

(EV3) Evidència 3.1/3.2: Treball en grup, durant el període que s'imparteix l'assignatura, sobre el disseny, planificació i avaluació d'un programa de salut. Aquest treball inclou una exposició oral, que pot ser en format pòster, i un informe escrit.

Definició d'estudiant presentat/da: un/a estudiant es considera presentat/da quan hagi lliurat evidències d'aprenentatge amb un pes igual o superior a 4 punts (40%).

Definició de superació de l'assignatura: un estudiant ha superat l'assignatura quan ha obtingut una qualificació igual o superior a 5 en la nota final.

La nota final, una vegada superat el prerequisit, s'obindrà de la següent manera: Suma ponderada de totes les evidències:

$$(EV1 + EV4) * 0,6 + (Ev2 * 0,1) + (Ev3.1 * 0,1) + (Ev3.2 * 0,2)$$

Proves de compensació: podran optar els estudiants que obtinguin una qualificació major o igual que 4 i menor que 5 en la nota final. No és possible realitzar la EV2, EV31 ni la EV32, en els casos en què l'estudiant no les hagi realitzat durant el curs de l'assignatura. La re-avaluació consistirà en una prova tipus test de la EV1 i/o EV4 equivalent a les realitzades en l'avaluació.

Activitats d'avaluació

Títol	Pes	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
Evidència 1	32%	2	0,08	4, 6, 7, 9, 11, 12, 14, 15, 16
Evidència 2	10%	1	0,04	11, 12, 18, 19
Evidència 3.1	10%	1	0,04	2, 3, 17, 18
Evidència 3.2	20%	2	0,08	2, 3, 11, 13, 14, 16, 17, 19
Evidència 4	28%	2	0,08	1, 3, 5, 8, 9, 10, 13

Bibliografia

Anguera, M.T., Chacón, S., Blanco, A (2008). Evaluación de programas sociales y sanitarios. Madrid: Síntesis.

- Campbell, C., & Murray, M. (2004). Community health psychology: Promoting analysis and action for social change. *Journal of Health Psychology*, 9, 187-196.
- Costa, M y López E. (2008). Educación para la salud. Guía práctica para promover estilos de vida saludables. Madrid: Pirámide.
- Extremera, N. y Fernández Berrocal, P. (2008). Inteligencia emocional, afecto positivo y felicidad. En Fernández-Abascal, E. (coordinador). *Emociones positivas*. Madrid: Pirámide
- Echeburúa, E., Labrador, F.J. y Becoña, E. (2009). Adicción a las nuevas tecnologías en adolescentes y jóvenes. Madrid: Ediciones Pirámides. (cap. 1,2,3, y 4)
- Graña, J. L.(Ed.) (1994). Conductas adictivas. Teoría, evaluación y tratamiento. Madrid: Editorial Debate.
- Gallar, M. (2006). La comunicación en el ámbito sanitario. En *Promoción de la Salud y Apoyo Psicológico al paciente*. Capítulo 2. Madrid: Thomson Paraninfo.
- Lyons, A.C. and Chamberlain, K. (2006). *Health psychology: a critical introduction*. London: Sage.
- Marks, D.F., Murray, M., Evans, C., Willig, C., Woodlall, C., & Sykes, C. (2005). *Health psychology: Theory, research, practice*. Second edition. London: Sage.
- Martín Asuero, A. (2008). *Con rumbo propio. Disfruta de la vida sin estrés*. Barcelona: Plataforma Editorial.
- Morgado, I.(2010). *Emociones e inteligencia social*. Barcelona: Ariel
- Morrison, V. y Bennet, P. (2008). *Psicología de la Salud*. Madrid: Pearson (cap. 1 a 3)
- Murray, M. (Ed.) (2004). *Critical health psychology*. London: Palgrave.
- Sánchez Vidal, A. (2007). *Manual de psicología comunitaria. Un enfoque integrador*. Madrid: Pirámide (Cap.12 y 13)
- Rodríguez Marín, J. (2008). *Manual de psicología social de la salud*. Madrid: Síntesis.
- Simón, M.A.(Ed.) (1999) *Manual de Psicología de la salud*. Madrid Pirámide.
- Taylor, S. E. (2009). *Health psychology (7th ed.)*. New York: McGraw Hill.
- Toro, J. (2010) *El adolescente en su mundo. Riesgos, problemas y trastornos*. Madrid: Pirámide (cap. 12)
- Seligman, M. (2007). *Aprenda optimismo. Haga de la vida una experiencia gratificante*. Barcelona: Debolsillo.
- Siegel, R.D. (2011). *La solución mindfulness. Prácticas cotidianas para problemas cotidianos*. Bilbao:DDB.
- Vazquez, C. y Hervás, G. (Coords.) (2009). *La ciencia del bienestar. Fundamentos de psicología positiva*. Madrid: Alianza Editorial