

**Intervenció en Psicologia de la Salut**

Codi: 102593

Crèdits: 6

| Titulació          | Típus | Curs | Semestre |
|--------------------|-------|------|----------|
| 2502443 Psicologia | OT    | 4    | 2        |

La metodologia docent i l'avaluació proposades a la guia poden experimentar alguna modificació en funció de les restriccions a la presencialitat que imposin les autoritats sanitàries.

**Professor/a de contacte**

Nom: Teresa Gutiérrez Rosado

Correu electrònic: Teresa.Gutierrez@uab.cat

**Utilització d'idiomes a l'assignatura**

Llengua vehicular majoritària: espanyol (spa)

Grup íntegre en anglès: No

Grup íntegre en català: No

Grup íntegre en espanyol: Sí

**Equip docent**

Lidia Segura Garcia

**Prerequisits**

No hi ha prerequisits.

**Objectius**

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) Analitzem un àmbit aplicat de gran interès com són les conductes additives.

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

### BASES CONCEPTUALS

Tema 1. Prevenció i promoció de la salut: Els determinants socials de la salut.

Tema 2. Introducció a la Psicologia Positiva: Qualitat de vida i benestar psicològic.

### DISSENY, PLANIFICACIÓ I AVALUACIÓ DE PROGRAMES

Tema 3. Disseny i planificació de programes de salut.

Tema 4. Avaluació de programes de salut.

#### HABILITATS PER A LA VIDA I ADAPTACIÓ AL CANVI

Tema 5. Intel·ligència emocional.

Tema 6. Autoestima.

Tema 7. Entrevista motivacional.

Tema 8. Consciència plena (*Mindfulness*).

#### APLICACIONS

Tema 9. Prevenció del consum de drogues.

Tema 10. Intervenció psicològica en alcoholisme.

Tema 11. Addicció a 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.
- Lectura comprensiva de referències específiques.
- Preparació exposició oral d'articles.
- Realització de un treball en grup, poster i exposició oral.
- Estudi.

Nota: La metodologia docent i l'avaluació proposades poden experimentar alguna modificació en funció de les restriccions a la presencialitat que imposin les autoritats sanitàries. L'equip docent detallarà a través de l'aula moodle o el mitjà de comunicació habitual el format presencial o virtual/on-line de les diferents activitats dirigides i d'avaluació, tenint en compte les indicacions de la facultat en funció del que permeti la situació sanitària.

### 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               | 46 | 1,84 | 1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 15, 16, 19 |
| Lectura de textos    | 20 | 0,8  | 6, 7, 10, 11, 19                                   |
| Realització treballs | 32 | 1,28 | 1, 3, 8, 11, 12, 13, 14, 18, 19                    |

## Avaluació

A més d'aquestes indicacions pots consultar les [pautes d'avaluació de la Facultat](#).

Les evidències d'aprenentatge

| Evidència | Descripció                      | Autoria     | Pes (%) | Format        | Via de presentació   | Temporització                            |
|-----------|---------------------------------|-------------|---------|---------------|----------------------|--|
| EV1       | Prova tipus test                | individual  | 30%     | escrit        | presencial           | 1er període avaluatiu                    |
| EV2       | Exposició resumida d'un article | grup de 2   | 10%     | oral i escrit | presencial i virtual | triar tema i setmana del total programat |
| EV3.1     | Exposició pòster                | grup de 3-4 | 10%     | oral          | presencial           | Setmanes 13 o 14                         |
| EV3.2     | Informe                         | grup de 3-4 | 20%     | escrit        | presencial           | Setmanes 13 o 14                         |
| EV4       | Prova tipus test                | individual  | 30%     | escrit        | presencial           | 2on període avaluatiu                    |

- EV1 i EV4: Proves parcials de resposta múltiple tipus test de 40 preguntes aproximades, amb quatre alternatives de resposta i una 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.
- EV2: Exposició resumida d'un article vinculat a cada tema de teoria, en grup de 2 persones. S'avalua la defensa pública, la generació de debat i la presentació com a evidència.
- EV3 (EV3.1 i EV3.2): Treball en grups sobre el disseny, planificació i avaluació d'un programa de salut. Aquest treball inclou una exposició oral en format pòster. (EV3.1) i un informe escrit (EV3.2).

La nota final és la suma ponderada de totes les evidències:  
 $(EV1 \cdot 0,30) + (EV2 \cdot 0,1) + (EV3.1 \cdot 0,1) + (EV3.2 \cdot 0,2) + (EV4 \cdot 0,30)$

Definició d'assignatura superada en l'avaluació continuada: implica la presentació mínima de 3 evidències, sent obligatòria la presentació de la Ev1 i la EV4, i nota final igual o superior a 5 sobre 10. En cas de no assolir aquests requisits, la nota màxima a consignar a l'expedient acadèmic serà de 4.9 punts. No es poden establir sistemes per millorar la qualificació final a l'avaluació continua.

Descripció del sistema de recuperació final:

- Criteris per optar a la recuperació: podran optar els estudiants que no hagi assolit els criteris establerts per superar l'assignatura i hagin presentat evidències amb un pes d'almenys 2/3 del total
- Evidències recuperables: Ev1 i/o EV4.
- Evidències excloses de recuperació: EV2, EV3.1 i EV3.2
- Assignatura superada: nota final ponderada igual o superior a 5 sobre 10.

Definició d'estudiant no-avaluable: estudiant que ha lliurat evidències amb un pes inferior al 40%.

No se prevé que el estudiantado de 2ª matrícula o posterior se evalúe mediante una única prueba de síntesis no recuperable.

## Activitats d'avaluació

| Títol         | Pes | Hores | ECTS | Resultats d'aprenentatge              |
|---------------|-----|-------|------|---------------------------------------|
| Evidència 1   | 30% | 2     | 0,08 | 4, 5, 6, 7, 9, 11, 12, 14, 15, 16, 19 |
| Evidència 2   | 10% | 0     | 0    | 1, 3, 17, 18                          |
| Evidència 3.1 | 10% | 0     | 0    | 6, 8, 13, 17, 18                      |
| Evidència 3.2 | 20% | 0     | 0    | 2, 3, 4, 8, 11, 13, 14, 16, 17, 19    |
| Evidència 4   | 30% | 2     | 0,08 | 4, 5, 6, 7, 9, 10, 12, 14, 15, 16, 19 |

## Bibliografia

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

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: Pirámide.

Forshaw, M. & Sheffield D. (2013). Health Psychology in Action. Oxford: Wiley-Blackwell.

Lyons, A.C. and Chamberlain, K. (2006). Health psychology: a critical introduction. London: Sage.

Marks, D.F., Murray, M., Evans, B. & Vida Estacio, E. (2011) Health Psychology. Theory, Research and Practice. London: Sage. (3rd edition).

Morgado, I.(2010). Emociones e inteligencia social. Barcelona: Ariel.

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.

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