

Introducció a la Psicologia de la Salut

Codi: 106400

Crèdits: 6

Titulació	Tipus	Curs	Semestre
2502443 Psicologia	OB	3	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: David Sánchez Carracedo

Correu electrònic: David.Sanchez@uab.cat

Utilització d'idiomes a l'assignatura

Llengua vehicular majoritària: català (cat)

Grup íntegre en anglès: No

Grup íntegre en català: No

Grup íntegre en espanyol: Sí

Altres indicacions sobre les llengües

G1 80% Català; G2 i G3 80% Català; G5 100% Anglès; G6 (tarda) 100% Castellà

Equip docent

Ana Fernandez Sanchez

Gemma Peralta Perez

Albert Feliu Soler

Prerequisits

Aquesta assignatura (pla 2021, 1485-Grau en Psicologia) inclou la docència alternativa de l'assignatura equivalent al pla d'estudis anterior (pla 2010, 954-Grau en Psicologia) 102592-Psicologia de la Salut: Fonaments.

No hi ha prerequisits.

Objectius

- Delimitar conceptualment la Psicologia de la Salut.
- Entendre els conceptes de salut i malaltia des d'una perspectiva biopsicosocial.
- Aprendre a identificar els diferents tipus de determinants de la salut.
- Adquirir un coneixement bàsic envers els diferents àmbits i perfils professionals en psicologia de salut.
- Conèixer les relacions entre estrès i salut
- Familiaritzar-se amb la problemàtica de l'adhesió terapèutica.
- Familiaritzar-se amb alguns àmbits específics rellevants de la Psicologia de la Salut.

Competències

- Analitzar les demandes i les necessitats de persones, grups o organitzacions en diferents contextos.
- Analitzar textos científics escrits en llengua anglesa.
- Dominar les estratègies i les tècniques per involucrar en la intervenció les persones destinatàries.
- Obtenir i organitzar informació rellevant per al servei sol·licitat.
- Reconèixer el codi deontològic i actuar de manera ètica.
- 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.
- Reconèixer les limitacions pròpies i de la disciplina, en els diferents àmbits de la pràctica professional.
- Utilitzar les diferents tecnologies de la informació i de la comunicació amb finalitats diverses.

Resultats d'aprenentatge

1. Analitzar textos científics escrits en llengua anglesa.
2. Aplicar el diagnòstic psicosocial de problemes de salut.
3. Definir el lèxic propi de la matèria.
4. Descriure els models i les aportacions de les perspectives biomèdica i biopsicosocial per a la comprensió de la salut.
5. Diferenciar les implicacions psicosocials dels principals problemes de salut, els seus determinants, les seves tendències epidemiològiques i el seu pronòstic.
6. Distingir els diferents àmbits aplicats de l'avaluació i la intervenció psicològica en problemes de salut.
7. Identificar els principals determinants psicològics que afecten el desenvolupament de problemes de salut i el procés per a fer-hi front.
8. Identificar necessitats d'intervenció en problemes de salut en diferents contextos aplicats.
9. Reconèixer el codi deontològic i actuar de manera ètica.
10. Reconèixer els principals determinants que afecten l'adhesió al seguiment de prescripcions terapèutiques en diferents problemes de salut.
11. Reconèixer les limitacions pròpies i de la disciplina, en els diferents àmbits de la pràctica professional.
12. Utilitzar les diferents tecnologies de la informació i de la comunicació amb finalitats diverses.
13. Utilitzar les principals fonts documentals en l'àmbit de la salut.
14. Valorar les limitacions pràctiques i ètiques del propi camp aplicat.

Continguts

Classes Grup gran 1/1

1. Introducció a la Psicologia de la Salut

- Determinants de salut i indicadors epidemiològics bàsics.
- Models de salut i malaltia al llarg del cicle vital.
- La disciplina de la Psicologia de la Salut. Camps i disciplines afins.
- Fonts documentals en psicologia de la salut.

2. Àmbits d'actuació i desenvolupament professional

- Comprensió de la gènesis i manteniment dels problemes de salut
- Prevenció i promoció de la salut
- Facilitació i potenciació del diagnòstic i el tractament
- Avaluació i tractament psicològic dels problemes de salut
- Millora del sistema d'atenció sanitària
- Psicologia Positiva

3. Estrès i Salut

- Concepte d'estrès. Aspectes cognitius, motors i fisiològics del estrès.
- Models explicatius.
- Efectes de l'estrès en la salut i el benestar.
- Estils i estratègies d'afrontament.
- Recolzament social i estrès.

4. El pacient a l'escenari del tractament

- Conducta de malaltia i cerca d'atenció sanitària.
- Adhesió terapèutica.
- Comunicació assistencial.

5. Sobrepès i Obesitat

6. Dolor

7. Psiconeuroimmunologia

Seminaris sessions ¼

1. Causes reals de malaltia
2. Determinants ambientals de salut
3. Mindfulness
4. Adhesió en un cas d'obesitat infantil
5. Impacte Covid-19

Metodologia

Metodologia docent basada fonamentalment en classes magistrals amb suport de TICs i seminaris.

Als seminaris les activitats seran:

- Debate lectures relacionades, sota la base d'un guió de discussió elaborat prèviament i orientat a que els i les estudiants presentin síntesis crítiques d'articles científics vinculats amb la temàtica de l'assignatura.
- Aprofundiment en temes tractats a l'assignatura: anàlisi de material sobre temes de salut, anàlisi de determinants de conductes de salut, elaboració i anàlisi d'instruments d'avaluació, etc.
- Activitats participatives en petits grups de treball dinàmic, amb metodologia de "role-playing" i feedback immediat de les aportacions individuals a cada proposta d'activitat pràctica.

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.

Nota: es reservaran 15 minuts d'una classe, dins del calendari establert pel centre/titulació, per a la complementació per part de l'alumnat de les enquestes d'avaluació de l'actuació del professorat i d'avaluació de l'assignatura/mòdul.

Activitats formatives

Títol	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
Tipus: Dirigides			
Classes magistrals amb suport de TICs i activitats amb el grup sencer	21	0,84	
Seminaris dinàmics d'anàlisi, aplicacions, simulacions/"role-playing" i debats	16	0,64	
Tipus: Supervisades			

Suport a la realització dels informes	15	0,6
Tipus: Autònomes		
El·laboració d'informes	22	0,88
Estudi	50	2
Lectures	22	0,88

Avaluació

A part del detalls facilitats a continuació, són d'aplicació les "Pautes d'avaluació de les titulacions de la Facultat de Psicologia 2021-22", disponibles a

<https://www.uab.cat/web/estudiar/graus/graus/avaluacions-1345722525858.html>

Evidències d'avaluació i Nota d'Avaluació Continuada

Es faran dos exàmens parcials, cadascun dels quals valdrà un 30% per la qualificació final. S'afegiran les notes obtingudes als quatre informes d'activitat relacionada amb els seminaris, cadascun dels quals comptarà un 10% sobre el total de la qualificació final.

La mitjana de la suma de qualificacions dels dos exàmens parcials (evidències 1 i 6) ha de ser igual o superior a 5 per aprovar l'assignatura (en escala de 0 a 10).

En total s'ofereixen als estudiants 6 evidències d'aprenentatge, que sumen 10 punts:

1. Evidència 1: Prova escrita primera part del temari: 3 punts
2. Evidència 2: Informe/s escrits (individuals o en grup) d'activitats relacionades amb el seminari 1: 1 punts
3. Evidència 3: Informe/s escrits (individuals o en grup) d'activitats relacionades amb el seminari 2: 1 punts
4. Evidència 4: Informe/s escrits (individuals o en grup) d'activitats relacionades amb el seminari 3: 1 punts
5. Evidència 5: Informe/s escrits (individuals o en grup) d'activitats relacionades amb el seminari 4: 1 punts
6. Evidència 6: Prova escrita segona part del temari: 3 punts.

Els informes de les evidències 2, 3, 4 i 5 s'entreguen/presenten per Moodle o a la mateixa sessió si dona temps. S'informarà dels terminis de lliurament.

Les evidències 1 i 6 són proves escrites presencials (examens tipus test). EV1: Durant el primer període avaluatiu d'avaluació continuada. EV6: Durant el segon període avaluatiu d'avaluació continuada.

La nota final és la suma de les evidències. No hi ha cap prova per millorar cap nota de les evidències.

La assignatura es considera superada si s'obtenen 5 o més punts en la suma de les evidències, sempre i quan s'hagin obtingut 3 punts o més en la suma de les evidències 1 i 6. En cas de no assolir aquests requisits, la nota màxima a consignar a l'expedient acadèmic serà de 4.5 punts

Un/a estudiant que hagi lliurat evidències d'aprenentatge amb un pes igual o superior a 4 punts (40%) obtindrà una nota a l'acta diferent a "no evaluable".

Recuperació

S'han de complir tots els següents criteris per poder anar a recuperació:

- a) Haver obtingut entre 3.5 i menys de 5 punts en l'avaluació continuada
- b) El pes de les evidències a les que la persona s'ha presentat al llarg del curs ha de ser del 66,7 % o més.

Característiques de la prova de recuperació:

La recuperació és final. Consistirà en tornar a realitzar les evidències Ev1 i/o Ev6, amb les mateixes característiques i criteris de correcció de l'avaluació continuada.

Es guardarà la nota de l'avaluació de les evidències Ev2, Ev3, Ev4 i Ev5, però no es podran repetir ni fer de nou, cas de no haver-les presentat per l'avaluació, donat que son evidències de seminari presencial.

La recuperació es realitzarà en el període previst per a recuperacions, el dia i hora que determini la Facultat.

No es preveu que l'alumnat de 2^a o posterior matrícula s'avalui mitjançant una única prova de síntesi no recuperable.

Procés de Revisió de qualificacions Després de cada avaluació s'informarà als alumnes de la data i la forma en què es publicaran les qualificacions del curs. Els estudiants també seran informats del procediment, lloc, data i hora de la revisió de la qualificació en base a les normatives de la Universitat.

Nota. Exceptuant situacions excepcionals i acordades prèviament amb algun estudiant, una setmana abans de les avaluacions, i fins acabada la revisió ordinària, no es respondran preguntes de "contingut" per correu electrònic Moodle. Els estudiants hauran d'anar als horaris d'atenció dels docents.

Activitats d'avaluació

Títol	Pes	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
Ev1. Examen 1. Prova escrita d'elecció múltiple	30	2	0,08	1, 3, 4, 5, 6, 7, 10, 11, 13
Ev2. Informe 1 (Article causes reals de mortalitat)	10	0	0	1, 3, 5, 6, 7, 12, 13
Ev3. Informe 2 (Determinants ambientals de salut)	10	0	0	2, 7, 8, 11, 12, 14
Ev4. Informe 3 (Adhesió en obesitat infantil)	10	0	0	2, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 14
Ev5. Informe 4 (Impacte COVID-19)	10	0	0	2, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 14
Ev6. Examen 2. Prova escrita d'elecció múltiple	30	2	0,08	1, 3, 4, 5, 6, 7, 10, 11, 13

Bibliografia

Bibliografia Obligatòria

Taylor, S. (2021). Health Psychology (11th edition). Madrid: McGraw-Hill.

* Pendants d'adquisició a la biblioteca en format eBook o paper.

Mokdad, A. H., Marks, J.S., Stroup, D.F., and Gerberding, J.I. (2004). Actual Causes of Death in the United States, 2000. Journal of the American Medical Association, 291, 1238-1245. (Disponible a l'aula Moodle)

Nota: A l'inici del curs es poden facilitar altres lectures específiques de lectura obligatòria.

Altres fonts bibliogràfiques complementàries

Amigo Vázquez, I, Fernández Rodríguez, C. y Pérez Álvarez, M. (2009). *Manual de Psicología de la Salud* (3 ed.) Madrid: Pirámide.

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

Campillo, J. E. (2012). *El mono estresado*. Crítica.

Lindström B., Eriksson M. (2011). Guía del autoestopista salutogénico: camino salutogénico hacia la promoción de la salud. Girona: Documenta Universitaria. Llibre en línia:

https://cataleg.uab.cat/iii/encore/record/C__Rb1890122__SPSICOLOGIA%20DE%20LA%20SALUD__Ff%3Aface

Gil Roales-Nieto, J (2004). *Psicología de la Salud. Aproximación histórica, conceptual y aplicaciones*. Madrid: Pirámide.

Marks, D.F., Murray, M., Evans, B. & Vida Estacio, E. (2015) Health Psychology. Theory, Research and Practice. 4th edition. London: Sage Publications, Inc.

Ogden, J. (2007). Essential readings in Health Psychology. Berkshire, UK: Open University Press

Ogden, J. (2007). Health psychology. A Textbook (4th edition). Berkshire, UK: Open University Press

Sapolsky, R. M. (2008). ¿Por qué las cebras no tienen úlcera? *La guía del estrés*. Madrid: Alianza editorial.

Vazquez, C. y Hervás, G. (Coords.) (2009). La ciencia del bienestar. Fundamentos de psicología positiva. Madrid: Alianza Editorial

Societats científiques/clíniques de PS:

<http://www.sepcys.es/>

<https://societyforhealthpsychology.org/>

<https://ehps.net/>

<https://www.sbm.org/>

<https://societyforhealthpsychology.org/>

Algunes revistes científiques de referència en PS:

<https://www.apa.org/pubs/journals/hea/index>

<https://journals.sagepub.com/home/hpg>

<https://www.tandfonline.com/toc/gpsh20/current>

<https://www.journals.elsevier.com/brain-behavior-and-immunity>

<https://www.journals.elsevier.com/psychoneuroendocrinology>

<https://journals.lww.com/psychosomaticmedicine/pages/default.aspx>

<https://www.tandfonline.com/toc/rhpr20/current>

<https://link.springer.com/journal/12160/volumes-and-issues>

Programari

Office Bàsic.

S'està valorant Socrative (<https://www.socrative.com/>).