

Introducció a la Psicologia de la Salut

Codi: 106400

Crèdits: 6

Titulació	Tipus	Curs	Semestre
2502443 Psicologia	OB	3	2

Professor/a de contacte

Nom: Albert Feliu Soler

Correu electrònic: albert.feliu@uab.cat

Utilització d'idiomes a l'assignatura

Llengua vehicular majoritària: català (cat)

Grup íntegre en anglès: Sí

Grup íntegre en català: No

Grup íntegre en espanyol: No

Altres indicacions sobre les llengües

G5: 100% Anglès; grups G1, G2, G3: Català/Castellà (% a especificar a l'inici de curs quan estigui enllestida la programació docent)

Equip docent

Ana Fernandez Sanchez

Dimitra Tatiana Anastasiadou

Gemma Peralta Perez

Albert Feliu Soler

Prerequisits

En els cursos 2021-22 i 2022-23, 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'adherència terapèutica.
- Familiaritzar-se amb alguns àmbits específics rellevants de la Psicologia de la Salut.

Competències

- Actuar amb responsabilitat ètica i amb respecte pels drets i deures fonamentals, la diversitat i els valors democràtics.
- Actuar en l'àmbit de coneixement propi valorant l'impacte social, econòmic i mediambiental.
- 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.
- Introduir canvis en els mètodes i els processos de l'àmbit de coneixement per donar respostes innovadores a les necessitats i demandes de la societat.
- Obtenir i organitzar informació rellevant per al servei sol·licitat.
- 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. Explicar el codi deontològic, explícit o implícit, de l'àmbit de coneixement propi.
8. Identificar els principals determinants psicològics que afecten el desenvolupament de problemes de salut i el procés per a fer-hi front.
9. Identificar les implicacions socials, econòmiques i/o mediambientals de les activitats academicoprofessionals de l'àmbit de coneixement propi.
10. Identificar necessitats d'intervenció en problemes de salut en diferents contextos aplicats.
11. Identificar situacions que necessiten un canvi o millora.
12. Proposar projectes i accions viables que potenciïn els beneficis socials, econòmics i/o mediambientals.
13. Reconèixer els principals determinants que afecten l'adhesió al seguiment de prescripcions terapèutiques en diferents problemes de salut.
14. Reconèixer les limitacions pròpies i de la disciplina, en els diferents àmbits de la pràctica professional.
15. Utilitzar les diferents tecnologies de la informació i de la comunicació amb finalitats diverses.
16. Utilitzar les principals fonts documentals en l'àmbit de la salut.
17. Valorar l'impacte de les dificultats, els prejudicis i les discriminacions que poden incloure les accions o projectes, a curt o llarg termini, en relació amb determinades persones o col·lectius.
18. 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

3. Estrès, Emocions positives i Salut

- Concepte d'estrès. Aspectes cognitius, motors i fisiològics del estrès.
- Models explicatius.
- Efectes de l'estrès i el burnout sobre la salut i el benestar.
- Psiconeuroimmunologia.
- Estils i estratègies d'afrontament.
- Emocions positives, recolzament social i salut.

4. El pacient a l'escenari del tractament

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

5. Sobrepès i Obesitat

6. Abordatge de la cronicitat i del final de la vida

1. Diabetes
2. Dolor
3. Psicooncologia i cures pal·liatives

Seminaris sessions ¼

1. Determinants ambientals
2. Causes reals de la malaltia
3. Mindfulness
4. Burnout en professionals sanitaris
5. Adherència en un cas d'obesitat infantil

Metodologia

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

Als seminaris les activitats seran:

- Debatre 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, anàlisis 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 2022-23", 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 (comptaran un 5% o un 15% sobre el total de la qualificació final en funció de la seva complexitat).

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 a l'alumnat 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 (en grup) d'activitats relacionades amb el seminari 1: 1,5 punts
3. Evidència 3: Informe/s escrits (en grup) d'activitats relacionades amb el seminari 2: 0,5 punts
4. Evidència 4: Informe/s escrits (en grup) d'activitats relacionades amb els seminaris 3 i 4: 1,5 punts
5. Evidència 5: Informe/s escrits (en grup) d'activitats relacionades amb el seminari 5: 0,5 punts
6. Evidència 6: Prova escrita segona part del temari: 3 punts.

Nota. El seminari 3 ("Mindfulness") no té cap evidència associada (no s'avalua).

Els informes de l'Ev3 i l'Ev5 es lliuren/presenten en la mateixa sessió del seminari (aproximadament entre les setmanes 5-7 i 10-12 del curs, respectivament). Els informes de les Ev2 i Ev4 es lliuren via Moodle (aproximadament entre les setmanes 6-8 i 12-14, respectivament).

Donat que hi ha una part important de les tasques a avaluar que es fa durant els seminaris i per respecte a la resta de companys/es del grup, es penalitzarà arribar tard als seminaris. Així, arribar 30 minuts o més tard sense presentar justificació de feina, salut o temes legals implicarà una penalització del 20% en la nota corresponent a aquella activitat. L'assistència al seminari és obligatòria si es vol optar a ser avaluat/da per aquella evidència en concret. Els/les estudiants hauran de fer els treballs amb companys/es del seu mateix grup de seminari.

Tots els treballs entregats seran revisats mitjançant el programa antiplagi Urkund. Si es detecta un percentatge de plagi superior al 30% podria ser motiu per suspendre aquella evidència específica.

Les evidències 1 i 6 són proves escrites presencials (examins 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.

L'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 (és a dir, tenir un aprovat o més de mitjana d'aquestes dues evidències). En cas de no assolir aquests requisits, la notamàxima aconsellar a l'expedient acadèmic serà de 4,5 punts.

L'alumnat que hagi lliurat evidències d'aprenentatge amb un pes igual o superior al 40% no podrà constar com "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:

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 són 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 a l'alumnat de la data i la forma en què es publicaran les qualificacions del curs. Els/les 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/a estudiant, una setmana abans de les avaluacions, i fins acabada la revisió ordinària, no es respondran preguntes de "contingut" per correu electrònic o via Moodle. Els/les estudiants hauran d'anar als horaris d'atenció establerts per els/les 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, 8, 10, 13, 14, 16
Ev2. Informe Seminari 1: Determinants ambientals de salut	15	0	0	1, 2, 8, 9, 10, 11, 12, 14, 15, 17, 18
Ev3. Informe Seminari 2: Causes reals de mortalitat (article)	5	0	0	1, 3, 5, 6, 8, 9, 15, 16, 17
Ev4. Informe Seminari 4: Burnout en professionals	15	0	0	2, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14, 15, 17,

Ev5. Informe Seminari 5: Adherència en obesitat infantil	5	0	0	2, 7, 8, 10, 13, 14, 15, 18
Ev6. Examen 2. Prova escrita d'elecció múltiple	30	2	0,08	1, 3, 4, 5, 6, 8, 10, 13, 14, 16

Bibliografia

Bibliografia Obligatòria

Taylor, S. (2021). Health Psychology (11th edition). Madrid: McGraw-Hill (disponible a la biblioteca en format eBook i en 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: Al final de cada tema del curs es facilitaran lectures específiques de lectura obligatòria.

Altres fonts bibliogràfiques complementàries

Amigo Vázquez, I, Fernández Rodríguez, C. y Pérez Álvarez, M. (2020). *Manual de Psicología de la Salud* (4 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.

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.