

Titulació	Tipus	Curs
Psicologia	OB	3

Professor/a de contacte

Nom: Dimitra Tatiana Anastasiadou

Correu electrònic: dimitra.anastasiadou@uab.cat

Equip docent

Dimitra Tatiana Anastasiadou

Maria Valeria Lavín Gutiérrez

Adrián Pérez Aranda

Gema Peralta Perez

Albert Feliu Soler

Idiomes dels grups

Podeu consultar aquesta informació al [final](#) del document.

Prerequisits

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.
- Obtener 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 les limitacions pràctiques i ètiques del propi camp aplicat.
18. 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.

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. El pacient a l'escenari del tractament

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

4. Estrès 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.

5. Sobrepès i Obesitat

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

1. Diabetes.
2. Dolor crònic.
3. Psicooncologia.

Seminaris sessions ¼

1. Determinants ambientals.
2. Emocions i salut.
3. Mindfulness.
4. Burnout en professionals sanitaris.
5. Adherència i malaltia crònica.

Activitats formatives i Metodologia

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	

Metodologia docent basada fonamentalment en classes magistrals (amb suport de TICs i elements de gamificació) 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 bibliografia sobre diversos temes de salut y sus determinantes. A més, es demanarà als estudiants que entreguin treballs en grup com a resultat d'aquest anàlisi i la seva posterior reflexió.
- Activitats participatives en petits grups de treball dinàmic en classe: Es faran servir diverses metodologies, com ara "role-playing", ruta exploratòria pel campus, exercicis experiencials (Mindfulness) i debats en grup amb posicionament a l'espai per expressar nivells d'acord o desacord.

Ús permès de la Intel·ligència Artificial (IA) amb consideracions importants:

En aquesta assignatura, es permet l'ús de tecnologies d'IA com a part integrant del desenvolupament dels treballs i activitats, sempre que el resultat final reflecteixi una aportació significativa de l'estudiant en l'anàlisi, la reflexió i l'elaboració personal.

L'estudiant haurà d'identificar clarament quines parts del treball han estat generades amb el suport d'eines d'IA, especificar quines eines s'han emprat i incloure una reflexió crítica sobre com aquestes han influït en el procés i el resultat final de l'activitat. Aquest ús s'haurà de deixar constància de manera explícita a l'apartat de referències bibliogràfiques.

Per a les evidències d'aprenentatge que requereixen recerca bibliogràfica, no es permet l'ús de la IA en aquest procés. La recerca s'ha de dur a terme de manera autònoma per part de l'estudiant, seguint criteris acadèmics rigorosos. En cap cas es podrà utilitzar la IA per substituir la consulta directa de bases de dades científiques com PubMed, PsycINFO, o altres similars.

La manca de transparència en l'ús de la IA es considerarà una falta d'honestedat acadèmica, i podrà comportar penalitzacions en la qualificació de l'activitat o, en els casos més greus, altres mesures disciplinàries d'acord amb la normativa vigent.

Nota: es reservaran 15 minuts d'una classe, dins del calendari establert pel centre/titulació, perquè els alumnes completin les enquestes d'avaluació de l'actuació del professorat i d'avaluació de l'assignatura.

Avaluació

Activitats d'avaluació continuada

Títol	Pes	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
Ev1. Examen 1. Prova escrita d'elecció múltiple	35	2	0,08	1, 3, 4, 5, 6, 8, 10, 13, 14, 16
Ev2. Informe Seminari 1: Determinants ambientals de salut	10	0	0	1, 2, 8, 9, 10, 11, 12, 14, 15, 17, 18
Ev3. Informe Seminari 2: Emocions i Salut	5	0	0	1, 3, 5, 6, 8, 9, 15, 16, 18
Ev4. Informe Seminari 4a i 4b: Burnout en professionals sanitaris	10	0	0	2, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14, 15, 17, 18

Ev5. Informe Seminari 5a i 5b: Adherència i malaltia crònica	5	0	0	2, 7, 8, 10, 13, 14, 15, 17
Ev6. Examen 2. Prova escrita d'elecció múltiple	35	2	0,08	1, 3, 4, 5, 6, 8, 10, 13, 14, 16

A part del detalls facilitats a continuació, són d'aplicació les "Pautes d'avaluació de les titulacions de la Facultat de Psicologia 2025-26", 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 35% per la qualificació final. S'afegiran les notes obtingudes als quatre informes d'activitat relacionada amb els seminaris (comptaran un 5% o un 10% 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: 3,5 punts
2. Evidència 2: Informe escrit (en grup) d'activitats relacionades amb el seminari 1: 1 punts
3. Evidència 3: Informe escrit (en grup) d'activitats relacionades amb el seminari 2: 0,5 punts
4. Evidència 4: Informe escrit (en grup) d'activitats relacionades amb el seminari 4a i avaluació del professorat i dels companys/es de grup de l'activitat de role playing corresponent al seminari 4b: 1 punts
5. Evidència 5: Informe escrit (en grup) d'activitats relacionades amb el seminari 5a i avaluació per part del professorat de la participació a classe en l'activitat corresponent al seminari 5b: 0,5 punts
6. Evidència 6: Prova escrita segona part del temari: 3,5 punts.

Nota. El seminari 3 ("Mindfulness") no té capevidència associada (no s'avalua in situ) tot i que és altament recomanable la seva assistència i els continguts del mateix poden constituir alguna/es de les preguntes que apareixeran en l'Ev1 i/o Ev6.

Els informes de l'Ev3 i l'Ev5 (Seminari 5a i 5b) i l'avaluació de l'activitat de role playing (Ev4: Seminari 4b) es lliuren/presenten en la mateixa sessió del seminari (aproximadament entre les setmanes 5-6 i 12-18 del curs, respectivament). Els informes de les Ev2 i Ev4 (Seminari 4a) es lliuren via Moodle (aproximadament entre les setmanes 3-6 i 11-14, 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. En cas de no presentar-se l'evidència en el termini establert, la nota assignada (i no recuperable) serà de 0. Els/les estudiants hauran de fer els treballs amb companys/es del seu mateix grup de seminari.

Les evidències 1 i 6 són proves escrites presencials (exàmens tipus test). EV1: Durant el primer període avaluat d'avaluació continuada (s'avaluarà el primer bloc de l'assignatura). EV6: Durant el segon període avaluat d'avaluació continuada (s'avaluarà el segon i últim bloc de l'assignatura). Aquests exàmens estaran compostos principalment per preguntes de teoria de l'assignatura però també per preguntes sobre les lectures recomanades i els seminaris realitzats.

Observacions

Tipus de Retorn

EV i TIPUS

SETMANA

Escrit	Ev1 i Ev6: proves escrites d'elecció múltiple	4 (Ev1)
		19 (Ev6)
Eina digital	Ev2 I Ev4a: informe escrit (en grup)	3-6 (Ev2)
		11-14 (Ev4a)
A l'aula	Ev3, Ev5a i Ev5b: informe escrit (en grup)	5-6 (Ev3)
		12-14 (Ev4b)
	Ev4b: evaluació de l'activitat de role playing(en grup)	15-16 (Ev5a)
		16, 18 (Ev5b)
Tutoria		

Nota. L'idioma utilitzat per les proves escrites serà el català.

El lliurament de la traducció de les proves escrites presencials es realitzarà si es compleixen els requeriments establerts en l'article 263 i es realitza la seva sol·licitud la setmana 4 telemàticament (e-formulari) (més informació al web de la facultat).

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 3,5 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 nota màxima a consignar 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 avaluable".

En relació al plagi:

Segons l'Art 266, punt 10 Normativa UAB, en cas que l'estudiant realitzi qualsevol irregularitat (còpia, plagi,...) que pugui conduir a una variació significativa de la qualificació d'un acte d'avaluació, es qualificarà amb 0 aquest acte d'avaluació. 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. En cas que es produeixin diverses irregularitats en les evidències d'aprenentatge, la qualificació final de l'assignatura serà 0. Es considerarà també plagi l'ús no referenciat d'eines d'intel·ligència artificial. Per tal d'evitar el plagi podeu consultar la guia següent:

<https://cv.uab.cat/ajuda/ca/2018/03/16/alumnat-citar-per-a-evitar-el-plagi/>

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 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.

La nota de la recuperació substituirà la nota obtinguda anteriorment en la mateixa evidència.

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.

AVALUACIÓ ÚNICA

La sol·licitud d'avaluació única suposa la renúncia a l'avaluació continuada, i implica el lliurament en una única data del nombre necessari d'evidències avaluadores per acreditar i garantir la consecució dels objectius i els resultats d'aprenentatge establerts en l'assignatura (Art 265, punt 2).

L'avaluació única es sol·licita telemàticament (e-formulari) en el període específic (més informació al web de la facultat).

L'alumnat que s'aculli a l'opció d'avaluació única renuncia al dret de ser avaluat de forma continuada i s'avaluarà de tots els continguts de l'assignatura en un sol acte avaluatiu, que es realitzarà en el mateix dia i lloc que la prova del segon període avaluatiu de l'assignatura.

Aquest acte d'avaluació constarà de dos exàmens tipus test corresponents al primer i segon bloc de l'assignatura (Ev1 i Ev2) que seguiran el mateix format que el de l'avaluació continuada (corresponents a l'Ev1 i l'Ev6 de l'avaluació continuada, respectivament). Aquests exàmens estaran compostos principalment per preguntes de teoria de l'assignatura però també per preguntes sobre les lectures recomanades i els seminaris realitzats. Addicionalment, es realitzarà un altre examen (Ev3) on es plantejaran problemes i casos derivats de les diferents activitats realitzades en el context del seminari al llarg del curs (correspondran a les Ev2, Ev3, Ev4 i Ev5 de l'avaluació continuada). La durada total d'aquest únic acte presencial avaluatiu serà d'aproximadament 3h30min (Veure la següent taula).

TAULA D'ACTIVITATS D'AVALUACIÓ ÚNICA

Nom i descripció de l'evidència	Pes	Durada en hores (de l'acte presencial)	Data realització/entrega
Ev1. Examen 1. Prova escrita d'elecció múltiple (1er bloc de l'assignatura)	35%	3h30min	Segon període avaluatiu
Ev2. Examen 2. Prova escrita d'elecció múltiple (2on bloc de l'assignatura)	35%		

Ev3. Examen de resolució de 30%
problemes/casos derivats de
les activitats realitzades en
els seminaris

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 de l'avaluació única.

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

Recuperació de l'avaluació única

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 única
- b) El pes de les evidències a les que la persona s'ha presentat ha de ser del 66,7 % o més.

Característiques de la prova de recuperació:

Consistirà en tornar a realitzar les evidències Ev1 i/o Ev2. Es guardarà la nota de l'avaluació de l'evidència Ev3, però no es podrà repetir ni fer de nou. D'aquesta manera, s'aplicarà el mateix procés de recuperació que el de l'avaluació continuada.

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.

Nota. Exceptuant situacions excepcionals i acordades prèviament amb algun/a estudiant, una setmana abans dels exàmens presencials (tant de l'avaluació continuada com de l'avaluació única), 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.

Bibliografia

Bibliografia Obligatoria

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)

Sánchez-Carracedo, David (2022). El estigma de la obesidad y su impacto en la salud: una revisión narrativa. *Endocrinología, Diabetes y Nutrición*, 69(10), 868-877. (Disponible a l'aula Moodle)

Taylor, Shelley E. and Stanton, Annette L. (2021). *Health Psychology (11th edition)*. Madrid: McGraw-Hill (disponible a la biblioteca en format eBook i en paper). (Manual de referència)

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.

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

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

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

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

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.

Grups i idiomes de l'assignatura

La informació proporcionada és provisional fins al 30 de novembre de 2025. A partir d'aquesta data, podreu consultar l'idioma de cada grup a través daquest [enllaç](#). Per accedir a la informació, caldrà introduir el CODI de l'assignatura

Nom	Grup	Idioma	Semestre	Torn
(SEM) Seminaris	111	Català	segon quadrimestre	matí-mixt
(SEM) Seminaris	112	Català/Espanyol	segon quadrimestre	matí-mixt
(SEM) Seminaris	113	Català	segon quadrimestre	matí-mixt
(SEM) Seminaris	114	Català/Espanyol	segon quadrimestre	matí-mixt
(SEM) Seminaris	211	Català	segon quadrimestre	matí-mixt
(SEM) Seminaris	212	Espanyol	segon quadrimestre	matí-mixt
(SEM) Seminaris	213	Català/Espanyol	segon quadrimestre	matí-mixt
(SEM) Seminaris	214	Català/Espanyol	segon quadrimestre	matí-mixt
(SEM) Seminaris	311	Català	segon quadrimestre	matí-mixt
(SEM) Seminaris	312	Català	segon quadrimestre	matí-mixt
(SEM) Seminaris	313	Català	segon quadrimestre	matí-mixt
(SEM) Seminaris	314	Català/Espanyol	segon quadrimestre	matí-mixt
(SEM) Seminaris	411	Català/Espanyol	segon quadrimestre	matí-mixt
(SEM) Seminaris	412	Català/Espanyol	segon quadrimestre	matí-mixt
(SEM) Seminaris	413	Català	segon quadrimestre	matí-mixt
(TE) Teoria	1	Català	segon quadrimestre	matí-mixt
(TE) Teoria	2	Català/Espanyol	segon quadrimestre	matí-mixt
(TE) Teoria	3	Català/Espanyol	segon quadrimestre	matí-mixt
(TE) Teoria	4	Espanyol	segon quadrimestre	matí-mixt