

Titulació	Tipus	Curs
Psicologia	OP	4

Professor/a de contacte

Nom : Teresa Gutiérrez Rosado

Correu electrònic : teresa.gutierrez@uab.cat

Equip docent

Lidia Segura Garcia

Gemma Peralta Perez

Idiomes dels grups

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

Prerequisits

No hi ha prerequisits.

Objectius

Intervenció en Psicologia de la Salut és una assignatura optativa del Bloc A de la "*Menció d'intervenció psicològica en qualitat de vida*". S'imparteix 2n semestre de 4t curs per professores del Departament de Psicologia Clínica i de Salut especialistes en salut pública. L'assignatura aporta eines metodològiques i habilitats tècniques aplicades per a la prevenció i la promoció de la salut, des de perspectives de la psicologia positiva, models salutogènics i de determinants socials de la salut. A més desenvolupa àmpliament la prevenció en conductes addictives.

Inclou tres blocs temàtics:

- a) Bases conceptuals i metodològiques, amb èmfasis en el desenvolupament de les fortaleces humanes des de la psicologia positiva, l'aprofundiment en el concepte de benestar en contraposició a qualitat de vida, les estratègies de prevenció i promoció de la salut més rellevants i el disseny i avaluació de programes com a metodologia bàsica per a fer intervencions comunitàries en prevenció i promoció de la salut.
- b) Habilitats per a la vida que contribueixen al desenvolupament de competències molt útils per a mantenir la salut i el benestar i que solen formar part dels programes de prevenció i promoció de la salut com: la intel·ligència emocional, l'autoestima, el Mindfulness.
- c) Aplicacions preventives en les conductes addictives i altres problemes de salut, amb èmfasi en addiccions a substàncies i comportamentals i programes innovadors de prescripció social per a diversos problemes de salut.

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.

Resultats d'aprenentatge

1. Identificar els principals determinants psicològics que afecten el desenvolupament de problemes de salut i el procés per a fer-hi front.
2. Identificar necessitats d'intervenció en problemes de salut en diferents contextos aplicats.
3. Diferenciar les implicacions psicosocials dels principals problemes de salut, els seus determinants, les seves tendències epidemiològiques i el seu pronòstic.
4. Distingir els diferents àmbits aplicats de l'avaluació i la intervenció psicològica en problemes de salut.
5. Valorar les limitacions pràctiques i ètiques del propi camp aplicat.
6. Practicar l'establiment d'objectius terapèutics en contextos simulats.
7. Identificar les principals tècniques d'intervenció en psicologia de la salut en diferents contextos.
8. Descriure el procediment bàsic d'administració de les tècniques i les intervencions en psicologia de la salut.
9. Reconèixer les diferents aplicacions i indicacions de les tècniques i programes d'intervenció en psicologia de la salut.
10. Discriminar les principals dades d'evidència sobre l'eficàcia dels diferents programes i intervencions en psicologia de la salut.
11. Analitzar críticament programes i intervencions publicades.
12. Aplicar programes i intervencions en problemes de salut en situacions simulades o de forma supervisada.
13. Identificar els passos i etapes de l'avaluació de programes en l'àmbit de la salut.
14. Descriure les diferents metodologies i instruments d'avaluació d'intervencions en psicologia de la salut, les seves qualitats i els àmbits d'aplicació.
15. Reconèixer els fonaments de la comunicació emocional.
16. Exposar les principals característiques de la comunicació efectiva entre professionals i destinataris en l'àmbit de la salut.
17. Utilitzar les eines adequades per a comunicar-se.
18. Treballar en equip.
19. Aplicar de manera crítica, reflexiva i creativa els coneixements, habilitats i valors adquirits.
20. Proposar projectes i accions que estiguin d'acord amb els principis de responsabilitat ètica i de respecte pels drets humans i els drets fonamentals, la diversitat i els valors democràtics.
21. Identificar les principals desigualtats i discriminacions per raó de sexe/gènere presents a la societat.
22. Identificar situacions que necessiten un canvi o millora.
23. Proposar nous mètodes o solucions alternatives fonamentades.

Continguts

BASES CONCEPTUALS I METODOLÒGIQUES

Tema 1. Psicologia positiva, qualitat de vida i benestar psicològic.

Tema 2. Perspectiva interseccional en promoció de la salut.

Tema 3. Disseny i planificació de programes de salut.

Tema 4. Avaluació de programes de salut

HABILITATS PER A LA VIDA

Tema 5: Consciència plena (Mindfulness)

Tema 6. Intel·ligència emocional

Tema 7. Entrevista motivacional

Tema 8: Autoestima

APLICACIONS

Tema 9. Programes de prevenció en addiccions a substàncies

Tema 10. Programes de prescripció social.

Tema 11. Estratègies d'intervenció emocional en diabetis.

SEMINARIS:

1. Disseny d'un programa per a millorar la salut.
2. Taller de mindfulness i benestar emocional
3. Taller d'intel·ligència emocional
4. Taller d'introducció a l'entrevista motivacional I i II
5. Presentació d'un programa per millora la salut

Activitats formatives i Metodologia

Títol	Hores	ECTS	Resultats d'aprenentatge
Tutories	12	0,48	2, 21
Lectura de textos	22	0,88	6, 7, 10, 11, 23
Estudi	48	1,92	1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14, 19, 20, 23
Classe magistral	24	0,96	4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 14, 16, 20
Seminaris d'anàlisi i debat	12	0,48	1, 2, 3, 4, 8, 9, 13, 14, 16, 20, 21, 22, 23
Realització treballs	24	0,96	1, 3, 8, 10, 11, 13, 14, 16, 22, 23

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 de l'exposició oral d'articles.
- Realització d'un treball en grup, pòster i exposició oral.

- Estudi.

Nota: es reservaran 15 minuts d'una classe, dins del calendari establert pel centre/titulació, perquè l'alumnat completi 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
Ev3a	10%	2	0,08	2, 6, 8, 10, 11, 13, 14, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 23
Ev3b	20%	2	0,08	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23
Ev2	20%	1	0,04	1, 2, 7, 9, 10, 19, 21, 22, 23
Ev1b	27%	1,5	0,06	4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 16, 19, 20, 23
Ev1a	23%	1,5	0,06	4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 13, 16, 19, 20, 23

A més d'aquestes indicacions pots consultar les pautes d'avaluació de la Facultat.

AVALUACIÓ CONTÍNUA. Les evidències d'aprenentatge

Evidència	Descripció	Autoria	Pes (%)	Format	Via de presentació	Temporització
Ev1a	Prova tipus test	individual	23%	escrit	presencial	Setmana 7
Ev1b	Prova tipus test	individual	27%	escrit	presencial	Setmana 19
Ev2	Defensa oral d'un article	Individual o grup de 2	20%	oral i escrit	Presencial/ Moodle	Triar tema i setmana
Ev3a	Exposició-Pòster del programa	grup de 3	10%	Oral i escrit	Presencial/ Moodle	Setmanes 14 o 15
Ev3b	Informe del programa	grup de 3	20%	escrit	Presencial/ Moodle	Setmanes 15

- Ev1 (a i b): Proves parcials de resposta múltiple tipus test d'unes 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. L'examen inclourà entre 5-6 preguntes de cada tema i 2-3 de cada seminari impartit.
- Ev2: Exposició resumida d'un article vinculat a cada tema de teoria, individual o en grup de 2 persones. S'avalua la defensa pública (15'), la generació de debat i la presentació com a evidència.
- Ev3(a i b): Treball en grups sobre el disseny, planificació i avaluació d'un programa de salut. Aquest treball inclou una exposició oral en format pòster. (Ev3a) i un informe escrit (Ev3b).

NOTA GLOBAL

La nota global de l'assignatura serà la mitjana ponderada de la puntuació obtinguda en cada un de les evidències d'aprenentatge. Per superar l'assignatura cal una mitja ponderada de 5 i haver obtingut com a mínim 4.0 punts (en una escala de 10) en l'Ev1a i a l'Ev1b. En cas de no assolir aquests requisits la nota màxima a consignar en l'expedient acadèmic serà de 4.5 punts.

Prova de Recuperació:

A la Prova de Recuperació final hi pot optar l'alumnat que al llarg de l'avaluació continuada hagi realitzat evidències amb un pes igual o major a 2/3 de la qualificació total i hagi assolit una nota inferior a 5 punts. Queden excloses d'aquesta prova de Recuperació l'Ev2, Ev3a i Ev3b. La superació de la Prova de Recuperació donarà lloc a una qualificació d'Aprovat (5).

Definició "Assignatura superada":

L'assignatura es considerarà superada si la mitja ponderada de totes les evidències és igual o més gran de 5 i la nota de l'Ev1a i a l'Ev1b és superior o igual a 4 o la qualificació de la prova de recuperació és 5.

Definició de "No avaluable":

L'alumnat que : 1) no s'hagi presentat a les proves tipus test (Ev1a i Ev1b) de l'assignatura; o 2) que, havent-se presentat a diverses proves, el pes total d'aquestes sigui inferior al 40% serà qualificat de "No avaluable".

No es preveuen proves de síntesis per l'alumnat de 2^a o posterior matrícula.

RETORN D'EVIDÈNCIES

Tipus de retorn EV i Tipus		Setmana
Eina digital	Ev1a: prova tipo test	Setmana 7
Eina digital	Ev1b: prova tipo test	Setmana 19
Rubrica	Ev2: Defensa oral	Setmanalment
Rubrica	Ev3a: Presentació oral programa	Setmana 15
Rubrica	Ev3b: Informe programa	Setmana 18

Traducció d'exàmens: EL LLIURAMENT DE LA TRADUCCIÓ DE LES PROVES D'AVALUACIÓ 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).

ÚS RESTRINGIT IA: "Per a aquesta assignatura, es permet l'ús de tecnologies d'Intel·ligència Artificial (IA) exclusivament en [tasques de suport, com la cerca bibliogràfica o d'informació, la correcció de textos o les traduccions. L'estudiant o grup haurà d'identificar clarament quines parts han estat generades amb aquesta tecnologia, especificar les eines emprades i incloure una reflexió crítica sobre com aquestes han influït en el procés i el resultat final de l'activitat. La no transparència de l'ús de la IA en aquesta activitat avaluable es considerarà falta d'honestedat acadèmica i pot comportar una penalització parcial o total en la nota de l'activitat, o sancions majors en casos de gravetat."

AVALUACIÓ ÚNICA. Les evidències d'aprenentatge

Evidència	Descripció	Pes (%)	Format	Hores (acte presencial)	Temporització
Ev-a	Prova tipus test	40%	escrit	2 hores	Setmana 19
Ev-b	Prova de pregunta oberta	30%	escrit	1 hora	Setmana 19
Ev-c	Defensa oral d'un Programa	30%	oral i escrit	30 minuts	Setmana 19

- L'avaluació única es realitzarà en el mateix dia i lloc que la prova del segon període avaluatiu de l'assignatura. S'avaluaran tots els continguts de l'assignatura.
- Inclou una prova tipus test (80 preguntes aproximadament), una prova de pregunta oberta i resposta curta (10 preguntes aproximadament) i la defensa en 15' i 10' de preguntes sobre el programa de prevenció o promoció de la salut desenvolupat. Es lliurarà el pòster utilitzat per a la defensa. La durada pot ser de 3,5-4 hores aproximadament.
- La nota final de l'assignatura s'obtindrà tal com s'ha descrit en l'avaluació continuada.
- S'aplicarà el mateix sistema de recuperació que el de l'avaluació continuada

- Les evidències recuperables son Eva y/oEVB.
- L'AVALUACIÓ ÚNICA ES SOL·LICITA TELEMÀTICAMENT (E-FORMULARI) EN EL PERÍODE ESPECÍFIC (més informació al web de la Facultat)

Bibliografia

Arcaya, L.A. y Subramanian, V.S. (2015). Desigualdades en salud: definiciones, conceptos y teorías. *Revista Panamericana de Salud Pública* 38(4), 261-271.

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

Borrell C, Díez E, Morrison J, Camprubí L. (2012). Las desigualdades en salud a nivel urbano y las medidas efectivas para reducirlas. Barcelona: Proyectos Medea e IneqCities.

Bizquerra, R. (coord.) (2012). Cómo educar las emociones? La inteligencia emocional en la infancia y adolescencia. Cuadernos Faro, Observatorio de la salud de la infancia y adolescencia. Hospital de Sant Joan de Deu.

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.

Marks, D.F., Murray, M., Evans, B. y Vida Estacio, E. (2018) Health Psychology. Theory, Research and Practice. London: Sage. (5ª edición).

Miller, W. R., & Rollnick, S. (2009). Ten things that motivational interviewing is not. Behavioural and cognitive psychotherapy, 37(2), 129-140. <https://doi.org/10.1017/S1352465809005128>

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

Monográfico (2018). The Journal of Positive Psychology. Dedicated to furthering research and promoting good practice.

Simón, V. (2015). Mindfulness: una perspectiva psicobiológica An. R. Acad. Med. Comunitat Valenciana, 16. Disponible on-line. https://www.uv.es/ramcv/2015/6_01_052_Vicente_Simon_txt.pdf

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

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

Programari

No és necessari

Grups i idiomes de l'assignatura

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

Tipus de docència	Grup	Idioma	Semestre	Torn
(TE) Teoria	1	Espanyol	segon quadrimestre	matí-mixt
(SEM) Seminaris	111	Espanyol	segon quadrimestre	matí-mixt
(SEM) Seminaris	112	Espanyol	segon quadrimestre	matí-mixt
(SEM) Seminaris	113	Espanyol	segon quadrimestre	matí-mixt