GUIA DOCENTE DE LA ASIGNATURA

NOMBRE DE LA ASIGNATURA

Curso 2013- 2014

MÓDULO	MATERIA	CURSO	SEMESTRE	CRÉDITOS	TIPO
Formación optativa	Estés psicosocial y salud	2º	2º	6	Optativa

PROFESOR(ES)	DIRECCIÓN COMPLETA DE CONTACTO PARA TUTORÍAS (Dirección postal, teléfono, correo electrónico, etc.)
• Joaquín Pegalajar Chica	Dpto. Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico, Facultad de Psicología, 2ªplanta. Despacho nª 304. Correo electrónico: jpchica@ugr.es
	HORARIO DE TUTORÍAS
	Los horarios de tutorías pueden encontrarlos en las siguientes ubicaciones: a) Tablón situado en la puerta del despacho del profesor. b) www.ugr.es Acceso Identificado/Información General/Ordenación Académica.

GRADO EN EL QUE SE IMPARTE	OTROS GRADOS A LOS QUE SE PODRÍA OFERTAR
Grado en Enfemería	

PRERREQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES (si procede)

Ninguno.

BREVE DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS (SEGÚN MEMORIA DE VERIFICACIÓN DEL GRADO)

Conocimientos teórico-prácticos necesarios para entender los procesos de estrés psicosocial y sus relaciones con la salud y la enfermedad.
Conocimientos relativos a las estrategias psicológicas de evaluación, prevención y el afrontamiento del estrés y sus relaciones con la salud y la prevención y tratamiento de la enfermedad.

COMPETENCIAS GENERALES Y ESPECÍFICAS

TRANSVERSALES
1.1. Capacidad de aplicar los conocimientos en la práctica.
1.11. Habilidades interpersonales.
1.12. Planificación y gestión del tiempo.
ESPECÍFICAS
1.- Seleccionar y aplicar modelos prácticos de intervención para influir en la salud de individuos/poblaciones.
2.- Conocer la implicación del estrés psicosocial en la enfermedad física. Saber identificar sus elementos, fases y consecuencias.
3.- Realizar un programa de detección y afrontamiento del estrés como modo de intervención y como modo de prevención y protección del profesional.

OBJETIVOS (EXPRESADOS COMO RESULTADOS ESPERABLES DE LA ENSEÑANZA)

El objetivo general de la asignatura es facilitar a los alumnos los conocimientos teórico-prácticos necesarios para entender los procesos de estrés psicosocial y sus relaciones con la salud y la enfermedad, así como las estrategias psicológicas destinadas a la evaluación, la prevención y el afrontamiento del estrés para la protección, el mantenimiento y la promoción de la salud, el bienestar y la calidad de vida y la prevención, el tratamiento y la rehabilitación de la enfermedad. Este objetivo general se desglosa en los siguientes objetivos específicos:
1. Presentar los conceptos generales y los modelos explicativos del estrés, en general, y del estrés psicosocial, en particular.
2. Presentar los conceptos básicos relacionados con el afrontamiento, control o manejo del estrés, así como las principales habilidades de afrontamiento.
3. Revisar los aspectos psicológicos más relevantes de la salud y la enfermedad.
4. Presentar las relaciones entre el estrés y la salud y la enfermedad.
5. Dar pautas conceptuales y prácticas para la comprensión de estrategias y programas destinados a la evaluación, la prevención y el control del estrés.

TEMARIO DETALLADO DE LA ASIGNATURA

TEMARIO TEÓRICO:

Tema 1. El estrés.
Tema 2. El estrés psicosocial.
Tema 3. El afrontamiento del estrés.
Tema 4. Estrés, salud y enfermedad.
Tema 5. Las consecuencias del estrés.
Tema 6. Evaluación del estrés y del afrontamiento del estrés.
Tema 7. Prevención y manejo del estrés.

TEMARIO PRÁCTICO:
Las prácticas son de carácter obligatorio. El alumno tendrá que elaborar un informe de cada una de ellas a partir del material desarrollado en clase.

1. Evaluación del estrés.
2. Técnicas de afrontamiento del estrés: conceptualización del estrés.
3. Técnicas de desactivación.
4. Técnicas cognitivas.
5. Técnicas conductuales
6. Técnicas de control de la ira/hostilidad

BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA FUNDAMENTAL:

BUCETA, J.M., BUENO, A.M. y MÁS, B. (2001). *Intervención psicológica en trastornos de la salud.* Madrid: Dykinson.
BUCETA, J.M., BUENO, A.M. y MÁS, B. (2002). *Intervención psicológica y salud: Control del estrés y conductas de riesgo.* Madrid: Dykinson.
BUENDÍA, J. (1993). *Estrés y psicopatología*. Madrid: Pirámide.
BUENDÍA, J. y RAMOS, F. (2001). *Empleo, estrés y salud*. Madrid: Pirámide.
FUNDACIÓN PAIDEI (1993). *El malestar en los profesionales de los servicios humanos y sociales*. La Coruña: Fundación Paideia.
GODOY-IZQUIERDO, D. (2009). *Introducción a las técnicas y terapias psicológicas para profesionales de las ciencias de la salud*. Granada: Editorial Universidad de Granada.
LAZARUS, R.S. (2000). *Estrés y emoción: Su manejo e implicaciones en nuestra salud*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
LAZARUS, R.S. y FOLKMAN, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez-Roca.
MCKAY, M., DAVIS, M. y FANNING, P. (1988). *Técnicas cognitivas para el tratamiento del estrés*. Barcelona: Martínez-Roca.
MINGOTE, J.C. y PÉREZ, F. (1999). *El estrés del médico: manual de autoayuda*. Madrid: Díaz de Santos.
MINGOTE, J.C., PÉREZ, S. y ANTÓN, A. (2002). *Estrés en la enfermería: el cuidado del cuidador*. Madrid: Díaz de Santos.
PEIRÓ, J.M. y SALVADOR, A. (1993). *Control del estrés laboral*. Madrid: Eudema.
REMOR, E., ARRANZ, P. y ULLA, S. (2003). *El psicólogo en el ámbito hospitalario.* Bilbao: Desclée de Brouwer.
ROBLES, H. y PERALTA, M.I. (2010). *Programa para el control del estrés.* Madrid: Pirámide.
RODRÍGUEZ, J. y ZURRIAGA, R. (1996). *Estrés, enfermedad y hospitalización.* Granada: Escuela Andaluza de Salud Pública.
SANDÍN, B. (2008). *El estrés psicosocial* (2ª ed.). Madrid: Klinik.

ENLACES RECOMENDADOS

Cumplimentar con el texto correspondiente en cada caso.

METODOLOGÍA DOCENTE

Las actividades académicas dirigidas para la asignatura de Estrés psicosocial y salud son:

- Clases magistrales con combinación de los siguientes recursos didácticos:
    - Debates que inducen a la participación activa del alumno/a; esto origina que el alumnado se cuestione conocimientos o actitudes previas y les permite contemplar el tema desde diversas perspectivas
    - Uso de medios audiovisuales
    - Esquemas del material
    - Aclarar cuáles son los objetivos del contenido que se va a tratar
    - Formular preguntas
    - Atender a las señales de feedback del alumnado
- Clases prácticas que implican actividades muy diversas; parte del trabajo se realiza en grupo y parte de modo individual durante las clases prácticas y, en ocasiones, como tareas que deben realizarse fuera del aula. En las actividades de grupo se debaten las cuestiones planteadas por el profesor/a, con un esquema de trabajo que sería el siguiente:
    - Introducción del tema y relación con los contenidos abordados en la teoría
    - Realización individual o en grupo (depende de la práctica) de tareas
    - Discusión de los resultados en grupo
    - Discusión global guiada y moderada por el profesor

- Tutorías. Se dedican seis horas semanales a las tutorías, con un horario expuesto públicamente desde principio de curso.

EVALUACIÓN (INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN, CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y PORCENTAJE SOBRE LA CALIFICACIÓN FINAL, ETC.)

- Los conocimientos teóricos se evaluarán a partir de la participación activa en clase y del examen final. La participación activa tendrá una valoración de hasta 1 punto. El examen final tendrá una valoración máxima de 6 puntos . Se necesitará un mínimo de 3 puntos en este examen para superar la asignatura.
- El examen de los conocimientos teóricos consistirá en una prueba objetiva de preguntas con 3 alternativas. De éstas, sólo una será la correcta y los errores serán penalizados.
- Los conocimientos prácticos tendrán una valoración máxima de 3 puntos, a razón de 0,5 puntos correspondientes a cada práctica. Estos conocimientos se valorarán a partir del informe que cada alumno tendrá que elaborar y entregar en cada práctica.
- Aquellos alumnos que por motivos debidamente justificados no puedan realizar el seguimiento de la asignatura de forma continua podrán acogerse a la realización de un único examen, que tendrá una valoración máxima de 10 puntos y que versará sobre los contenidos teóricos de la asignatura. Este examen consistirá en una prueba objetiva de preguntas con 3 alternativas, de las cuales sólo una será correcta y en la que los errores serán penalizados.

INFORMACIÓN ADICIONAL