

# ASIGNATURA DE MÁSTER:

UNED

# EMOCIÓN Y SALUD

Curso 2017/2018

(Código: 22202224)

## 1. PRESENTACIÓN

La asignatura de Emoción y Salud proporciona a los estudiantes habilidades de carácter teórico y práctico en el ámbito de las emociones y su relación con la salud. A lo largo de esta asignatura se hará una revisión de los tópicos más importantes de la intersección entre emociones y salud, organizando esta revisión en función de los procesos emocionales implicados.

El seguimiento de esta asignatura requiere formación especializada previa, debido a ello sólo serán admitidos los alumnos licenciados o graduados en Psicología.

## 2. CONTEXTUALIZACIÓN

La asignatura de Emoción y Salud tiene como objetivo proporcionar a los estudiantes habilidades de carácter teórico y práctico en un ámbito importante dentro de la Psicología, como es el de las emociones y su relación con la salud, ya sea en la práctica profesional o en la académica e investigadora. El estudio de la emoción despierta interés no solo en los profesionales relacionados con el ámbito de la salud o la educación, sino también en personas ajenas que quieran comprometerse en el conocimiento de las emociones.

Las emociones son procesos inherentes a la vida, forman parte del bagaje de respuestas básicas de cualquier organismo vivo y son imprescindibles para garantizar la adaptación. Hablaremos de emociones, no como fenómenos intangibles, las emociones son procesos e implican el funcionamiento de mecanismos complejos y variados que permiten al organismo prepararse para el enfrentamiento a situaciones que entrañan un desequilibrio.

El conocimiento de los diferentes fenómenos que participan en las relaciones entre las emociones y la salud conduce al estudiante a valorar y utilizar aproximaciones apropiadas a los problemas que se propone estudiar. Asimismo, el conocimiento de esta asignatura le permitirá utilizar un enfoque multidisciplinar que le conducirá al tratamiento en profundidad de los problemas que se plantean en su ámbito de trabajo.

La asignatura de Emoción y Salud tiene vínculos estrechos con otras asignaturas del Master en Investigación en Psicología como son las asignaturas del área de Personalidad, Evaluación y Tratamiento, del área de Procesos Psicológicos y del área de Psicobiología, porque gracias a ellas se proporcionan en conjunto habilidades tanto para evaluar e interpretar lo que los datos aportan al tema objeto de estudio.

## 3. REQUISITOS PREVIOS RECOMENDABLES

Para lograr los objetivos propuestos en esta asignatura se aconseja inicialmente, por parte del equipo docente, que el estudiante realice un estudio continuado de ella. También se recomienda que participe en los foros, guardias virtuales, efectúe la lectura del material didáctico indicado, y que siga el plan de trabajo propuesto ajustándose a los tiempos recomendados por el profesorado.

Aunque no es exigible de modo obligatorio, se considera muy necesario que los estudiantes cuenten con acceso a Internet para la participación y seguimiento de foros, guardias virtuales y actividades programadas en la Web por el equipo docente. Igualmente, sería de gran utilidad que los estudiantes tuvieran un manejo a nivel usuario del correo electrónico, de programas informáticos como Word, Power Point, y Excell, y de algún paquete estadístico como el SPSS. También, sería muy recomendable que tuvieran un nivel de inglés suficiente para la lectura y la comprensión adecuada de revistas

especializadas en el área.

Finalmente, y como ya se mencionó anteriormente, es conveniente que los estudiantes tengan formación en asignaturas del área de Procesos Psicológicos y Psicobiología.

#### 4.RESULTADOS DE APRENDIZAJE

##### *Conocimientos (OC):*

- OC1: Conocer las distintas aproximaciones teóricas en la relación entre emociones y salud.
- OC2: Relacionar adecuadamente los conceptos de cada teoría entre sí y establecer las conexiones oportunas con los demás planteamientos teóricos de aproximación al estudio de las emociones y la salud.
- OC3: Conocer la importancia y el interés que tiene para los profesionales una buena formación en el ámbito de la salud.
- OC4: Estudiar el impacto de diferentes lesiones del sistema nervioso central sobre el procesamiento emocional, así como las diferentes técnicas para su evaluación y análisis.
- OC5: Analizar las distintas implicaciones que el estrés tiene en la aparición y desarrollo de diferentes emociones.
- OC6: Conocer las distintas líneas de investigación que plantea en la actualidad el análisis y estudio de las distintas relaciones del binomio salud y emoción, y la metodología que ello implica.

##### *Habilidades y destrezas (OD):*

Se pretende que la adquisición de los conocimientos indicados sirva de base para el desarrollo de las destrezas siguientes:

- OD1: Capacidad para analizar y reflexionar sobre los problemas teóricos y metodológicos que conlleva la investigación sobre los procesos básicos de la emoción.
- OD2: Familiarizarse con las estrategias de búsqueda de información y empleo de los diferentes marcadores de calidad científica en el proceso.
- OD3: Mostrar capacidad para utilizar eficazmente las fuentes documentales informatizadas.
- OD4: Dotar al alumno de estrategias para seleccionar temas de interés en los que profundizar, establecer preguntas a resolver y delimitar de forma operativa las variables implicadas en la investigación.
- OD5: Manejar los principios y conceptos esenciales que rigen el estudio científico de las emociones para poder ajustarse mejor a la verdadera realidad de su relación con la salud y los trastornos fisiológicos.
- OD6: Conocer y comprender los factores fisiológicos, cognitivos, sociales y conductuales que sirven de unión entre la experiencia emocional y la salud.
- OD7: Saber asesorar en materias sanitarias y de educación sobre los aspectos que producen la interacción emociones y salud.
- OD8: Conocimiento de los métodos de análisis y explotación de los datos aportados por las diferentes técnicas de medida y evaluación.

##### *Actitudes (OA):*

- OA1: Localización y consulta de fuentes documentales.
- OA2: Mostrar capacidad de trabajo en equipo.
- OA3: Utilización de conceptos puente, necesarios en el trabajo con profesionales de diferentes disciplinas.
- OA4: Aceptación de críticas y opiniones científicas contrarias.
- OA5: Defensa de la ética científica en todas las fases de ejecución de una investigación .
- OA6: Implementación de los medios necesarios para llevar a cabo un diseño de investigación.
- OA7: Realización de informes de investigación.

##### *Competencias*

- Aplicar el conocimiento adquirido al análisis de las emociones y su relación con la salud.

- Poder participar desde el ámbito de la investigación en la elaboración de diseños experimentales para el estudio de la relación entre las emociones y la salud.
- Asesorar en la elaboración de programas de prevención de varias patologías.
- Formar con más fundamento a profesionales del ámbito de la salud desde la perspectiva de la investigación.

## 5. CONTENIDOS DE LA ASIGNATURA

### BLOQUE 1. PROCESOS EMOCIONALES

### BLOQUE 2. MÉTODOS PARA EL ESTUDIO DE LAS EMOCIONES. MEDICIÓN EN CIENCIAS DE LA SALUD

### BLOQUE 3. LAS EMOCIONES Y LA SALUD

- Desarrollo emocional y salud familiar
- Control y expresión de emociones: relaciones con la salud y la enfermedad

### BLOQUE 4. EMOCIONES Y TRASTORNOS

- Trastornos cardiovasculares y factores emocionales
- Emociones y adicciones
- Emoción y trastornos del sueño
- Emoción y trastornos de alimentación
- Emoción y cáncer
- Emoción y dolor crónico
- Emoción y salud bucodental: el bruxismo
- Estrés y trastornos psicofisiológicos

## 6. EQUIPO DOCENTE

- [ENRIQUE GARCIA FERNANDEZ-ABASCAL](#)
- [MARIA DOLORES MARTIN DIAZ](#)

## 7. METODOLOGÍA

### METODOLOGÍA

La modalidad de enseñanza de esta asignatura es la de a distancia. Consistirá fundamentalmente en:

- Proporcionarle información sobre:
  - Los medios pertinentes que acompañan a la docencia virtual
  - Los textos básicos, textos recomendados, artículos y monografías específicas cuya temática responda a los contenidos de la asignatura
  - El acceso a revistas especializadas disponibles en la biblioteca de la Facultad de Psicología de la UNED
  - Los diversos artículos que se irán publicando en la web de la asignatura
  - Las páginas Web de interés
- Docencia virtual
- Seguimiento tutorizado a lo largo del curso, preferentemente utilizando correo electrónico, de:
  - La revisión bibliográfica a realizar
  - El trabajo individual que deberá realizar

### PLAN DE TRABAJO

Al comienzo del curso se indicará al estudiante la planificación realizada para el estudio de esta asignatura.

## 8. BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

ISBN(13): 9788436822397  
Título: EMOCIONES POSITIVAS (2009)  
Autor/es: Fernández Abascal, Enrique G. ;  
Editorial: PIRÁMIDE

Buscarlo en librería virtual UNED

Buscarlo en bibliotecas UNED

Buscarlo en la Biblioteca de Educación

Buscarlo en Catálogo del Patrimonio Bibliográfico

## 9. BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

ISBN(13): 9788434408760  
Título: EMOCIONES Y ADAPTACIÓN (1998)  
Autor/es: Palmero Cantero, Francisco ; Fernández-Abascal, Enrique G. ;  
Editorial: Editorial Ariel, S.A.

Buscarlo en librería virtual UNED

Buscarlo en bibliotecas UNED

Buscarlo en la Biblioteca de Educación

Buscarlo en Catálogo del Patrimonio Bibliográfico

ISBN(13): 9788434408814  
Título: EMOCIONES Y SALUD (1999)  
Autor/es: Palmero Cantero, Francisco ; Fernández-Abascal, Enrique G. ;  
Editorial: Editorial Ariel, S.A.

Buscarlo en librería virtual UNED

Buscarlo en bibliotecas UNED

Buscarlo en la Biblioteca de Educación

Buscarlo en Catálogo del Patrimonio Bibliográfico

## 10. RECURSOS DE APOYO AL ESTUDIO

## 11. TUTORIZACIÓN Y SEGUIMIENTO

Nombre: M<sup>a</sup> Dolores Martín Díaz  
Departamento: Psicología Básica II  
Horario de tutoría: Martes de 10 a 14 horas  
Teléfono: 91 398 77 96

Email: [dmartin@psi.uned.es](mailto:dmartin@psi.uned.es)

Nombre: Enrique García Fernández-Abascal

Departamento: Psicología Básica II  
Horario de tutoría: Martes de 10 a 14 horas  
Teléfono: 91 398 81 38

Email: [egarcia@psi.uned.es](mailto:egarcia@psi.uned.es)

Coordinador de la asignatura: M<sup>a</sup> Dolores Martín Díaz

## 12.EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES

El alumno deberá realizar un trabajo.

Las fechas límites de entrega del trabajo son:

- El 1 de junio (convocatoria de junio)
- El 15 de septiembre (convocatoria de septiembre)

El alumno deberá obtener una calificación final global igual o superior a 5 puntos.

## 13.COLABORADORES DOCENTES

Véase equipo docente.