

# PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD: EVALUACIÓN E INTERVENCIÓN

Curso 2017/2018

(Código: 22205063)

## 1. PRESENTACIÓN

La salud se entiende como un estado completo de bienestar físico, mental y social, y no meramente como la ausencia de enfermedades o trastornos. En la actualidad una gran parte de organismos internacionales coincide en señalar la prevención y la promoción de la salud como objetivos prioritarios. En esta asignatura se incluyen de forma integrada las claves para lograr ambos objetivos, presentando tanto los factores que se consideran determinantes de la salud (estilos de vida y condiciones ambientales), como las teorías más relevantes que sirven de base a las intervenciones y programas orientados a promover las conductas saludables, y prevenir la aparición de problemas psicológicos. Dada su orientación práctica, los contenidos de la asignatura también incluyen programas puestos en marcha en diferentes países, con resultados satisfactorios tanto en la prevención de la salud mental como en la promoción de la salud física y el bienestar psicológico.

Las competencias básicas y generales que se pretende desarrollen los alumnos son las siguientes:

- CG1 - Realizar búsquedas de información relevante mediante las herramientas de TICs
- CG2 - Ser capaz de trabajar en equipo.
- CB6 - Poseer y comprender conocimientos que aporten una base u oportunidad de ser originales en el desarrollo y/o aplicación de ideas, a menudo en un contexto de investigación.
- CB7 - Saber aplicar los conocimientos adquiridos y su capacidad de resolución de problemas en entornos nuevos o poco conocidos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionados con su área de estudio.
- CB8 – Ser capaz de integrar conocimientos y enfrentarse a la complejidad de formular juicios a partir de una información que, siendo incompleta o limitada, incluya reflexiones sobre las responsabilidades sociales y éticas vinculadas a la aplicación de sus conocimientos y juicios.
- CB9 - Saber comunicar sus conclusiones y los conocimientos y razones últimas que las sustentan a públicos especializados y no especializados de un modo claro y sin ambigüedades.
- CB10 - Adquirir las habilidades de aprendizaje que les permitan continuar estudiando de un modo que habrá de ser en gran medida autodirigido o autónomo.

Además, las competencias específicas que se pretende que adquieran los estudiantes son:

- CE01 - Adquirir, desarrollar y poner en práctica un concepto de salud integral, en donde tengan cabida los componentes biopsicosociales de la misma, de acuerdo con las directrices establecidas por la OMS.
- CE05 - Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el desempeño profesional.
- CE09 - Desarrollar su trabajo desde la perspectiva de la calidad y la mejora continua, con la capacidad autocrítica necesaria para un desempeño profesional responsable.
- CE10 - Saber comunicar y comunicarse con otros profesionales, y dominar las

- habilidades necesarias para el trabajo en equipo y en grupos multidisciplinares.
- CE13 - Conocer en profundidad la naturaleza psicológica de los trastornos del comportamiento humano.
  - CE14 - Conocer en profundidad los factores psicosociales asociados a los problemas de salud y enfermedad.
  - CE15 - Conocer en profundidad los factores biológicos y psicosociales asociados a los problemas de salud y enfermedad, especialmente los relacionados con la salud mental.
  - CE16 - Conocer en profundidad los distintos modelos de evaluación e intervención en el campo de la Psicología General Sanitaria, así como las técnicas y procedimientos que de ellos se derivan para el abordaje de los trastornos del comportamiento y los factores psicológicos asociados con los problemas de salud.
  - CE18 - Diseñar, desarrollar y en su caso supervisar y evaluar planes y programas de intervención psicológica, en función de la evaluación psicológica y de las variables individuales y sociales concurrentes en cada caso.
  - CE21 - Realizar actividades de promoción y de educación para la salud psicológica individual y comunitaria.

## 2.CONTEXTUALIZACIÓN

La asignatura de Promoción y Prevención de la salud se encuadra en el Máster de Psicología General Sanitaria. Dentro de dicho máster, que se imparte de acuerdo con las directrices marcadas por el Ministerio de Sanidad, esta asignatura tiene carácter obligatorio y tiene 5 créditos ECTS, lo que supone 125 horas de trabajo del estudiante.

## 3.REQUISITOS PREVIOS RECOMENDABLES

Los requisitos para cursar esta asignatura son los propios del acceso al Master de Psicología General Sanitaria, al que sólo se puede acceder estando en posesión del título de licenciado o graduado en Psicología y habiendo superado, al menos, 90 créditos ECTS de carácter específicamente sanitario.

## 4.RESULTADOS DE APRENDIZAJE

A través de esta asignatura se pretenden conseguir los siguientes resultados de aprendizaje:

- Adquirir un concepto de salud integral en donde tengan cabida los componentes biopsicosociales de la misma, de acuerdo con las directrices establecidas por la OMS.
- Conocer en profundidad los factores psicosociales asociados a los problemas de salud y enfermedad.
- Conocer en profundidad los factores biológicos y psicosociales asociados a los problemas de salud y enfermedad, especialmente los relacionados con la salud mental.
- Conocer diferentes modelos de programas de promoción y de educación para la salud psicológica individual, grupal y comunitaria.
- Conocer la forma de evaluar los programas de promoción y prevención de la salud.
- Saber las técnicas de comunicación con otros profesionales y las habilidades necesarias para el trabajo en equipo y en grupos multidisciplinares.
- Desarrollar y poner en práctica un concepto de salud integral, en donde tengan cabida los componentes biopsicosociales de la misma.
- Ser capaz de identificar los factores psicosociales relacionados con la promoción y prevención de la salud
- Realizar actividades de promoción y de educación para la salud psicológica individual, grupal y comunitaria.
- Diseñar, desarrollar, y en su caso supervisar y evaluar, planes y programas de intervención psicológica, en función de la evaluación psicológica y de las variables

## 5. CONTENIDOS DE LA ASIGNATURA

Los contenidos de la asignatura se estructuran en torno a tres bloques conceptuales:

- 1) Conceptos básicos y clave en la promoción y prevención de la salud: entre los que se incluye la definición de salud desde la perspectiva biopsicosocial, los determinantes de la salud, la diferenciación entre prevención primaria, secundaria y terciaria; la educación para la salud, los distintos niveles de actuación individual, grupal y comunitaria, los programas de promoción y prevención de la salud y su evaluación.
- 2) Fundamentos teóricos de la prevención en salud mental y la promoción de la salud física y el bienestar psicológico: se centra en las teorías más relevantes que sirven de base a las intervenciones y programas orientados a promover las conductas saludables, y prevenir la aparición de problemas psicológicos.
- 3) Programas aplicados de prevención en salud mental y promoción de la salud física y el bienestar psicológico: se exponen diferentes programas concretos diseñados con la finalidad de prevenir los problemas mentales o la promoción de la salud física y el bienestar psicológico

De acuerdo con estos contenidos, el programa de la asignatura se concreta en los siguientes 6 temas:

- TEMA 1: Fundamentos de promoción y prevención de la salud.
- TEMA 2: Fundamentos teóricos y aplicaciones de la promoción de la salud física.
- TEMA 3: Fundamentos teóricos y aplicaciones en prevención de la salud mental.
- TEMA 4: Programas de prevención de la salud mental.
- TEMA 5: Promoción del bienestar psicológico: Fundamentos teóricos y aplicaciones
- TEMA 6: Programas de promoción de la salud física.

## 6. EQUIPO DOCENTE

- [MARIA BEATRIZ RUEDA LAFFOND](#)

## 7. METODOLOGÍA

La metodología empleada es la propia de la enseñanza a distancia, de tal manera que el alumno puede abordar su estudio de manera autónoma. El estudiante podrá acceder, a través de la plataforma virtual de la UNED, a una serie de recursos didácticos. En dicha plataforma virtual dispondrá de herramientas tales como foros de consulta que permitirán al equipo docente guiar, orientar y asesorar ante las dudas que le puedan ir surgiendo a lo largo del estudio, así como a otras herramientas relacionadas con la autoevaluación y el seguimiento de las actividades programadas durante el curso. Por ello, se recomienda que los alumnos accedan de forma habitual al curso virtual donde podrán encontrar información necesaria para la realización de las tareas propuestas durante el curso.

## 8. BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

Comentarios y anexos:

El libro básico en el que quedan recogidos los contenidos de la asignatura es:

Sanjuán, P. y Rueda, B. (2014). Promoción y prevención de la salud desde la psicología. Madrid: Síntesis.

## 9. BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

Comentarios y anexos:

El alumno interesado puede consultar también los siguientes manuales y documentos:

- Barry, M.M., y Jenkins, R. (2007). *Implementing mental health promotion*. China: Elsevier.
- Beck, J. (2009). *Terapia cognitiva: Conceptos básicos y profundización*. Barcelona: Gedisa.
- Bennett-Levy, J., Richards, D.A., Farrand, P., Christensen, H., Griffiths, K.M., Kavanagh, D. et al. (2010). *The Oxford guide to low intensity CBT interventions*. Oxford: Oxford University Press.
- Bermúdez, J. (2011). Personalidad, procesos psicosociales y conducta de salud. En J. Bermúdez, A. Pérez-García, J. Ruiz, P. Sanjuán y B. Rueda (eds.), *Psicología de la personalidad*, (pp.:701-746). Madrid: Editorial UNED.
- Central Sidney Area Health Service y NSW Health. (1994). *Program management guidelines for health promotion*. North Sidney: Better Health Centre.
- Diclemente, R., Crosby, R. y Kegler, M. (2009). *Emerging theories in health promotion practice and research*. San Francisco: Jossey Bass.
- García-Herrera, J.M<sup>a</sup>., Noguerras, E.V., Muñoz, F., y Morales, J.M. (2011). *Guía de práctica clínica para el tratamiento de la depresión en Atención Primaria*. Málaga: Distrito Sanitario Málaga-UGC. Salud Mental Hospital Regional Universitario "Carlos Haya".
- Glanz, K., Rimer, B. y Viswanath, K. (2008). *Health behavior and health education: Theory, research, and practice*. San Francisco: Jossey Bass.
- Grupo de trabajo de la Guía de Práctica Clínica sobre el Manejo de la Depresión en el Adulto (2014). *Guía de práctica clínica sobre el manejo de la depresión en el adulto*. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Agencia de Evaluación de Tecnologías Sanitarias de Galicia (avalía-t).
- Ministerio de Sanidad y Consumo (2008). *Guía de práctica clínica para el manejo de pacientes con trastornos de ansiedad en Atención Primaria*. Madrid: Agencia Laín Entralgo .
- Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad (2011). *Estrategia en Salud Mental del Sistema Nacional de Salud 2009-2013*. Madrid: Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad.
- NICE (2011). *Commissioning stepped care for people with common mental health disorders*. London: National Institute for Health and Clinical Excellence.
- Pérez-García, A., Sanjuán, P. & Rueda, B. (2014). *Aspectos psicológicos de la hipertensión*. Madrid: Síntesis.
- Papworth, M., Marrinan, T., Martin, B, Keegan, D., y Chaddock, A.(2013). *Low intensity cognitive-behaviour therapy: A practitioner´s guide*. London: Sage Publications.
- Riekert, K., Ockene, J., & Pbert, L. (2014). *The handbook of health behavior change* (4th ed.). New York, NY, US: Springer Publishing Co.
- Romano, J. (2015). *Prevention psychology: Enhancing personal and social well-being*. Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Rueda, J., Manzano, I., Paéz, D., Pérez de Arriba, J., Zuazagoitia, J. y Zulueta, G. (2008). *La Promoción de la salud. Algunas teorías y herramientas para la planificación y evaluación de intervenciones sobre los estilos de vida*. Vitoria: Departamento de Sanidad, Gobierno Vasco.
- Sanjuán, P. (2011). Autorregulación de la conducta. En J. Bermúdez, A. Pérez, J. Ruiz, P. Sanjuán y B. Rueda (eds.), *Psicología de la Personalidad*, (pp.: 493-526). Madrid: UNED.
- Snelling, A. (2014). *Introduction to health promotion*. San Francisco, CA, US: Jossey-Bass.

World Health Organization (1986). *Carta de Ottawa para la promoción de la salud*. Disponible en <http://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en/>

World Health Organization (1998). *Promoción de la salud: Glosario*. Ginebra: WHO.

World Health Organization (2007). Cardiovascular diseases - Fact sheet nº317. Disponible en <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs317/en/print.html>

World Health Organization (2008). *Integrating mental health into primary care. A global perspective*. Ginebra: WHO.

World Health Organization (2013). *The European health report 2012: Charting the way to well-being*. Copenhague: WHO.

World Health Organization (2013). *Plan de acción sobre salud mental 2013-2020*. Disponible en [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/97488/1/9789243506029\\_spa.pdf?ua=1](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/97488/1/9789243506029_spa.pdf?ua=1)

## 10. RECURSOS DE APOYO AL ESTUDIO

Además de los foros y las herramientas de autoevaluación disponibles en la plataforma virtual, para la realización de las actividades se aportarán casos prácticos y supuestos clínicos, así como diferentes programas de intervención y lecturas relacionadas con el contenido de la asignatura.

Asimismo existen numerosas páginas web en las cuales el alumno podrá encontrar documentos específicos de los diferentes temas abordados en la asignatura, así como información más general relacionada con el ámbito de la salud. Algunas páginas web de interés son las siguientes:

Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA: <https://consaludmental.org/presentacion-confederacion-salud-mental/>

IAPT: Improving Access to Psychological Therapies (Traducción española: Mejorando el Acceso a las Terapias Psicológicas): <http://www.iapt.nhs.uk/>

Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad: <https://www.msssi.gob.es/home.htm>

National Health Service. England (Traducción española: Servicio Nacional de Salud. Inglaterra): <http://www.nhs.uk/NHSEngland/Pages/NHSEngland.aspx>

NICE: National Institute for Health and Care Excellence. UK (Traducción española: Instituto Nacional para la Excelencia en la Salud y la Atención. Reino Unido): <http://www.nice.org.uk/>

Programas y Proyectos. Organización Mundial de la Salud: <http://www.who.int/entity/es/>

SAMHSA: Substance Abuse and Mental Health Services Administration. U.S. (Traducción: Administración de los Servicios sobre Abuso de Sustancias y Salud Mental. Estados Unidos): <http://www.samhsa.gov/index.aspx>

The Scottish Government: Health and Social Care (Traducción española: Gobierno escocés: Atención Sanitaria y Social): <http://www.scotland.gov.uk/Topics/Health/>

University of Exeter (Traducción española: Universidad de Exeter): <http://cedar.exeter.ac.uk/iapt/iaptworkbooksandresources/>

## 11. TUTORIZACIÓN Y SEGUIMIENTO

Para contactar con la profesora Pilar Sanjuán se puede utilizar, además de los foros del curso virtual, los teléfonos y correos electrónicos que se detallan a continuación:

Despacho: 2.44

Horarios de guardia: Martes y miércoles de 9:00 a 14:00 y martes de 15:30 a 17:30.

Tf. 91.398.62.76

Correo electrónico: psanjuan@psi.uned.es

Para contactar con la profesora Beatriz Rueda, se pueden utilizar los foros del curso virtual de la asignatura, así como el teléfono y la dirección de correo electrónico que se indican a continuación:

Despacho: 0.10

Horarios de guardia: Martes y viernes, de 9:00 a 14:00 y jueves de 12:00 a 14:00

Teléfono: 91.398.62.81

Correo electrónico: brueda@psi.uned.es

## 12.EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES

La evaluación de la asignatura se realizará a través de las siguientes actividades:

1. Realización de una Prueba de Evaluación Continua a través de la plataforma aLF. Dicha prueba, que se basará en los contenidos de los temas 2, 3 y 4 del manual de la asignatura, consistirá en: el planteamiento de una serie de preguntas, para reflexionar, relacionar e integrar los aspectos teóricos aprendidos con cuestiones más prácticas; y un ejercicio práctico o caso clínico para ser resuelto. La prueba de evaluación continua se podrá realizar en la convocatoria de febrero o en la de septiembre.
2. Prueba de evaluación presencial, que consistirá en una serie de preguntas de carácter teórico-práctico relativas a los contenidos de los temas 1, 5 y 6. Esta prueba de evaluación presencial se podrá realizar en la convocatoria ordinaria, que tendrá lugar a principios de febrero. Aquellos alumnos que no se presenten y/o suspendan en esta convocatoria podrán presentarse en la convocatoria extraordinaria, que será a primeros de septiembre

Es imprescindible superar ambas actividades para aprobar la asignatura. La realización de la actividad práctica y la prueba de evaluación presencial tendrán un peso del 50% en la puntuación total.

## 13.COLABORADORES DOCENTES

Véase equipo docente.