

## EDUCACIÓ PER A LA SALUT

**26962**

Modificat: Juliol 2009

Unitat de Psicologia Bàsica

Departament de Psicologia Bàsica, Evolutiva i de l'Educació

Professorat: Joaquim T. Limonero, Jenny Moix i Maria Alvarez

### OBJECTIUS

---

- 1) Conèixer què és l'Educació per a la Salut: definició, temàtica i aplicacions i quina es la seva funció en l'individu i en la societat.
- 2) Analitzar els determinants psicològics que influencien els comportaments de risc i els comportaments promotors de salut..
- 3) Conèixer i saber aplicar els principals models de planificació i de intervenció en Educació per a la Salut.
- 4) Adquisició de les següents competències pràctiques:
  - 4.1. Recerca referències bibliogràfiques.
  - 4.2.- Elaborar un informe utilitzant els conceptes teòrics.
  - 4.3.- Disseny i aplicació d'un programa d'educació per a la salut.
  - 4.4.- Anàlisis crítics de programes d'educació per a la salut i propostes d'actuació.

### TEMARI

---

- 1) Què és l'Educació per a la Salut?
  - 1.1.- Definició de salut i d'Educació per a la Salut.
  - 1.2.- Objectius de l'Educació per a la Salut.
  - 1.3.- Importància de l'Educació per a la Salut.
  - 1.4.- Àmbits d'actuació.
- 2) Què són els estils de vida i quines variables influencien els comportaments de salut-risc?
  - 2.1.- Definició d'estils de vida.
  - 2.2.- Avaluació d'estils de vida.
  - 2.3.- Variables moduladores dels comportaments de risc o de promoció de la salut.
- 3) Com promoure el canvi?
  - 3.1.- El model PRECEDE-PROCEED.
  - 3.2.- El mapa d'Intervenció.
  - 3.3.- Estratègies pel canvi en Educació per a la Salut.

**La docència d'aquesta assignatura s'imparteix de forma diferencial en funció del grup de matriculació de l'alumne: grup 10 i grup 50.**

**ATENCIÓ: Els alumnes han d'assistir a classe i examinar-se en el mateix grup en el qual estan matriculats. No s'admetrà cap canvi de grup.**

## GRUP 10

En aquest **mòdul 10** les pràctiques estan integrades dins de les classes de teoria. Les classes seran de tipus seminari. Cada Unitat Didàctica o tema seguirà aproximadament aquest esquema:

Anàlisi i exposició de casos → extracció d'idees i conceptes principals

Treball autònom tant en grup com a nivell individual

Elaboració de mapes conceptuals i integració d'informació: assoliment d'objectius d'aprenentatge.

Exposició a classe dels conceptes principals de cada unitat didàctica: mapes conceptuals.

Sessió d'integració global

Examen unitat didàctica corresponent

Per a cada tema o unitat didàctica hi ha una sèrie de competències específiques i objectius d'aprenentatge que l'alumne ha d'anar assolint al llarg del curs. Aquestes competències i objectius d'aprenentatge s'aniran especificant en cada unitat didàctica.

## AVALUACIÓ

---

L'alumne podrà triar entre dues formes d'avaluació o itineraris de l'assignatura:

**Itinerari 1 (avaluació continuada):** En aquest itinerari l'assistència a classe és obligatòria en la majoria de les classes, i l'avaluació es farà en tres moments diferents del semestre i consistirà en preguntes obertes referides a les competències específiques i objectius d'aprenentatge de cada unitat temàtica treballada a classe. En la darrera avaluació també es preguntarà sobre el contingut d'un llibre de lectura obligatòria. La nota final de l'assignatura serà la suma de les notes obtingudes a cadascuna de les tres avaluacions.

Si l'alumne no es presenta a alguna de les avaluacions, automàticament haurà d'avaluar-se segons l'itinerari 2.

**Itinerari 2 (avaluació final):** En aquest itinerari, l'assistència a classe no és obligatòria. L'avaluació consistirà en un únic examen final amb preguntes obertes referides als materials de lectura obligatòria.

En la segona convocatòria, l'examen constarà de preguntes obertes referides als materials de lectura obligatòria.

Els alumnes han d'assistir a classe i examinar-se en el mateix grup en el qual estan matriculats. No s'admetrà cap canvi de grup. Per tant, abans de matricular-se en l'assignatura heu de comprovar la vostra disposició horària.

## BIBLIOGRAFIA OBLIGATORIA ITINERARI 1

---

- Miller, W.R. i Rollnick, S. (1999). *La entrevista motivacional*. Barcelona Paidós

## BIBLIOGRAFIA OBLIGATORIA ITINERARI 2

---

- Buéla-Casal, G., Fernández-Ríos, L. i Carrasco, T.J. (1997). *Psicología preventiva. Avances recientes en técnicas y programas de prevención*. Madrid: Pirámide.
- Costa, M. i Lòpez, E. (1996). *Educación para la Salud*. Madrid: Pirámide. Capítols: 1, 7, 8 i 9.
- Méndez, F.X., Macià, D. i Olivares, J. (1993). *Intervención conductual en contextos comunitarios I. Programas aplicados de prevención*. Madrid: Pirámide. Capítols: 1, 2, 4, 7, 12 i 13.
- Pastor, Y., Balaguer, I., i Garcia-Merita, M. (1999). *Estilos de vida y salud*. Valencia: Albatros Educación.
- Taylor, S.E. (2007). *Psicología de la Salud*. Mexico: McGraw-Hill. Capítols 1, 3, 5, 8, i 9.
- Miller, W.R. i Rollnick, S. (1999). *La entrevista motivacional*. Barcelona Paidós.

## Grup 50

En el mòdul 50, hi ha dos objectius fonamentals: adquisició de coneixements teòrics i adquisició de competències pràctiques. A la part teòrica es treballarà el temari ja exposat. La part pràctica es descriu a continuació.

## PRÀCTIQUES

---

Les pràctiques del **mòdul 50** tenen tres objectius fonamentals:

**Objectiu 1:** aprendre a aplicar els conceptes i mètodes de l'educació per a la salut en un camp concret d'aquesta disciplina.

Les pràctiques consistiran en el disseny i implementació d'un treball a on s'aplicaran els principis de l'educació per a la Salut en algun àmbit (social, mèdic, educatiu...) i a on es treballarà un tema concret (drogoaddicció, exercici físic, alimentació, valors,...).

Els treballs de pràctiques es realitzaran en grup. A cada un dels grups se li assignaran diferents sessions de tutorització pel seguiment del seu treball. Les sessions de tutorització del treball són d'assistència obligatòria per a tots els components del grup. Per a l'avaluació del treball s'haurà de lliurar informe escrit, i la nota final del mateix dependrà de la qualitat de l'informe escrit i de l'assistència a les sessions de tutorització.

**Important:** es obligatori assistir el primer dia de classe de teoria perquè aquí es formaran els grups de pràctiques.

**Objectiu 2:** aprendre a realitzar una sessió d'un taller d'educació per a la salut.

Cada grup haurà de realitzar una sessió d'un taller dins de la temàtica de l'Educació de la Salut durant una classe de teoria per a la resta dels seus companys.

Important és obligatori que tots els membres del grup presentin conjuntament la sessió del taller.

**Objectiu 3:** aprendre a realitzar anàlisis crítiques de diferents sessions de programes d'educació per a la salut.

Cada alumne haurà de realitzar una anàlisi crítica de les sessions impartides pels altres grups d'estudiants . Aquesta anàlisi es recollirà en una fitxa.

Important: es obligatori assistir a les classes on s'impartiran les diferents sessions dels grups per a poder omplir les fitxes d'anàlisi crítica.

## AVALUACIÓ

---

Els continguts teòrics de l'assignatura s'avaluaran en un únic examen amb 5 preguntes obertes.

Els continguts pràctics s'avaluaran en un treball en grup i en la presentació d'una sessió de taller.

Les condicions indispensables per a aprovar l'assignatura seran:

- 1) aprovar l'examen teòric
- 2) aprovar el treball pràctic
- 3) aprovar la sessió del taller
- 4) entrega de les fitxes d'anàlisi crítiques

La nota final de l'assignatura serà el resultat del 60% de la nota de l'examen i el 20% de la nota obtinguda en el treball i el 20% de la nota de la sessió del taller.

Cal tenir present, que si un estudiant presenta només el treball (tant si aquest està aprovat com si no) i no fa l'examen tipus test i/o la sessió del taller, la nota final serà de suspens. El mateix succeeix si l'alumne només fa l'examen i no lliura el treball o no realitza la sessió del taller.

## BIBLIOGRAFIA GLOBAL ASSIGNATURA (GRUP 10 i 50)

---

### Recomanada

1.- Balaguer, I. (2002). Estilos de vida en la adolescència. Valencia: promolibro.

2.- Buela-Casal, G., Fernández-Rios, L. i Carrasco, T.J. (1997). Psicologia preventiva. Avances recientes en técnicas y programas de prevención. Madrid: Pirámide.

3.- Costa, M. i Lòpez, E. (1996). Educación para la Salud. Madrid: Pirámide.

4.- Costa, M. i López Mendez (2008). Educación para la salud. Guía práctica pra promover

estilos de vida saludables. Madrid: Pirámide.

5.- Méndez, F.X., Macià, D. I Olivares, J. (1993). Intervención conductual en contextos comunitarios I. Programas aplicados de prevención. Madrid: Pirámide.

6.- Pastor, Y., Balaguer, I., Garcia-Merita, M. (1999). Estilos de vida y salud. Valencia: Albatros Educación.

7.- Serrano, M.I. (2002). La educacion para la Salud del siglo XXI. Madrid: Diaz de Santos.

8.- Simón, M. (1999) (Ed.). Manual de psicología de la salud. Madrid: Editorial Biblioteca Nueva.

9.- Taylor.S.E. (2007). Psicología de la Salud. Mexico: McGraw-Hill.

Els llibres 3, 4, 6 i 7 són de caràcter general. En aquests, es comenten els diferents models teòrics dins l'Educació per a la Salut a on s'expliquen les variables predictores de les conductes de salut i risc. Alguns capítols es dediquen a explicar les tècniques utilitzades en Educació per a la Salut pel canvi de conductes concretes.

En els llibres 1, 2 i 5, la majoria de capítols es dediquen a tractar temes concrets dins l'Educació per a la Salut: alimentació, drogoaddicció, ...

El llibre 8 i 9 tracten d'aspectes generals de psicologia de la salut relacionats amb educació per a la salut.

### **Obligatòria**

- Miller, W.R. i Rollnick, S. (1999). La entrevista motivacional. Barcelona Paidós

Aquest llibre de caràcter pràctic exposa les característiques que ha de tenir una entrevista per motivar el canvi de conducta.

## **RECOMANACIÓ ASSIGNATURES LLIURE ELECCIÓ**

---

Altres assignatures que estan relacionades amb l'Educació per a la salut són:

- Salut Pública, de la diplomatura de Teràpia Ocupacional.
- Epidemiologia general i demografia sanitària, de la llicenciatura de Medicina.
- Antropologia de la salut, de la llicenciatura de Antropologia Social i Cultural.
- Deontologia i sociologia de la prevenció, de la diplomatura de Graduat en Prevenció i Seguretat Integral.
- Comunicació i opinió pública, de la llicenciatura de Ciències Polítiques i de l'Administració.