



Any acadèmic	2014-15
Assignatura	21601 - Conducta, Salut i Qualitat de Vida
Grup	Grup 1, 1S, GINF
Guia docent	A
Idioma	Català

Identificació de l'assignatura

Assignatura	21601 - Conducta, Salut i Qualitat de Vida
Crèdits	1,68 de presencials (42 hores) 4,32 de no presencials (108 hores) 6 de totals (150 hores).
Grup	Grup 1, 1S, GINF (Campus Extens)
Període d'impartició	Primer semestre
Idioma d'impartició	Català

Professors

Professor/a	Horari d'atenció als alumnes					
	Hora d'inici	Hora de fi	Dia	Data d'inici	Data de fi	Despatx
Joana Fornés Vives joana.fornes@uib.es	16:00h	17:00h	Dimecres	24/09/2014	29/07/2015	C-208 (Ed. Guillem Cifre)
Victoria González Cantarero victoria.gonzalez@uib.es	16:00h	17:00h	Dimarts	24/09/2014	25/02/2015	C-208
	11:30h	12:30h	Dimecres	24/09/2014	25/02/2015	C-208
Joan Reinés Femenia	16:00h	17:00h	Dimarts	20/10/2014	31/01/2015	C-210

Contextualització

Observacions : 1) Totes les denominacions que en aquest text apareguin en gènere masculí o femení, s'han d'entendre referides indistintament al gènere masculí o femení, segons el sexe del titular de qui es tracti. 2) Aquesta assignatura es desenvolupa sota l'empament de la LOPD 15/1999, per la qual cosa no es permet cap tipus d'enregistrament de la mateixa sense el permís explícit del professorat, ni l'ús fraudulent del seu contingut o materials. 3) El plagi es considera frau en l'avaluació a tots els efectes, per la qual cosa es regularà per l'establert a l'Article 33 del Reglament Acadèmic.

L'assignatura Conducta, salut i qualitat de vida es troba situada dins la branca de Ciències de la Salut i forma part dels continguts bàsics del Pla 2009-2013 en els estudis d'Infermeria i de Fisioteràpia de la UIB. Pretén posar les bases de formació per entendre la conducta de les persones davant situacions de salut, de malaltia, o de risc, al llarg del cicle vital.

Es tracta d'una matèria introductòria. Això suposa, per una banda, que el llenguatge que s'utilitzarà serà nou per a l'alumnat (i diferent del que pugui estar manejant en altres matèries o assignatures), i es requerirà probablement una certa adaptació a ell. Per altra banda, aquest caràcter introductori suposa que en la majoria dels temes i aspectes a tractar el que es farà serà més una primera aproximació que un aprofundiment. Aquest aprofundiment es durà a terme posteriorment en altres cursos i assignatures de l'Estudi.

Els conceptes que s'introdueixen en aquesta matèria es poden trobar relacionats amb altres assignatures, com per exemple, "Comunicació i salut" (IFM), "Determinants socials de la salut" (IFM), i "Procediments sanitaris generals" (FTP). També es poden trobar relacionades amb totes les matèries que fan referència a Infermeria i metodologies/tècniques específiques d'altres assignatures de Fisioteràpia.

Els continguts més rellevants fan referència a diverses situacions en les quals es podran trobar els infermers i fisioterapeutes en el món real i, per tant, en la seva vida personal i professional: modificacions del comportament, canvis en l'estat de salut, necessitats de tractaments específics, cronicitat d'una malaltia,



Any acadèmic	2014-15
Assignatura	21601 - Conducta, Salut i Qualitat de Vida
Grup	Grup 1, 1S, GINF
Guia docent	A
Idioma	Català

problemes grupals o conflictes intergeneracionals, entre d'altres. Aquests continguts permetran als futurs professionals comprendre amb major precisió la complexitat i diversitat del ser humà i així, entendre com els determinants psicosocials modulen els comportaments, les necessitats i les expectatives de salut de les persones, famílies, grups i comunitat. Aquesta singularitat condicionarà la demanda específica d'algunes cures professionals i ajudarà a infermeres i fisioterapeutes a reconèixer millor la forma de proporcionar-les.

Requisits

L'assignatura té un caràcter introductori i de formació bàsica i, per tant, no té requisits essencials.

Recomanables

Encara que aquesta assignatura no té cap prerequisit oficial, a nivell personal es recomanable tenir: capacitat d'anàlisi, de síntesi i de reflexió.

Així mateix, atès que s'haurà de treballar en grup, es considera important mantenir una actitud de respecte i flexibilitat vers els demés membres.

Competències

L'assignatura de Conducta, Salut i Qualitat de Vida té el propòsit de contribuir a l'adquisició de les competències que s'indiquen a continuació, les quals formen part del conjunt de competències establertes en els plans d'estudis de Infermeria i Fisioteràpia.

Específiques

- * _ Capacitat per comprendre la conducta de les persones, sanes i malaltes en el medi natural i social (CE-1 de Fisioteràpia)..
- * _ Capacitat per conèixer la rellevància del comportament i la salut en la pràctica professional (CE-4.3 de Infermeria)..
- * _ Capacitat per conèixer determinants psicosocials de la salut i la qualitat de vida (CE-4.4 de Infermeria)..

Genèriques

- * _ Capacitat per treballar de manera cooperativa amb els propis companys i en equip multidisciplinar en els diferents àmbits d'atenció (CG-5 d'Infermeria i CG-9 de Fisioteràpia)..
- * _ Capacitat per comunicar-se de manera eficaç amb els usuaris i usuàries, familiars, grups socials i membres de l'equip (CG-4 d'Infermeria)..
- * _ Capacitat per analitzar i sintetitzar la informació i resoldre problemes (CG-1 i CG-7 de Fisioteràpia)..

Bàsiques

- * Podeu consultar les competències bàsiques que l'estudiant ha d'haver assolit en acabar el grau a l'adreça següent: http://estudis.uib.cat/ca/grau/comp_basiques/

Continguts





Any acadèmic	2014-15
Assignatura	21601 - Conducta, Salut i Qualitat de Vida
Grup	Grup 1, 1S, GINF
Guia docent	A
Idioma	Català

En aquest apartat s'exposen de manera sintètica els continguts que constituïran la matèria de l'assignatura "Conducta, Salut i Qualitat de Vida".

Malgrat l'ordre exposat sembli el més coherent, amb la finalitat d'afavorir la comprensió i aprofitament de les classes pràctiques, les classes teòriques s'iniciaran pels temes dels Blocs III (L'estrès i la salut), després seguiran l'ordre exposat.

Continguts temàtics

Bloc I. La psicologia i la salut.

Unitat didàctica 1. Introducció al comportament humà i la qualitat de vida.

Unitat didàctica 2. Models explicatius de la psicologia de la salut i la seva relació amb la qualitat de vida.

Unitat didàctica 3. Determinants psicosocials de la salut, la malaltia i la qualitat de vida.

Bloc II. Processos psicològics i salut.

Unitat didàctica 4. Processos psicològics bàsics: Atenció i percepció.

Unitat didàctica 5. Processos psicològics bàsics: Memòria, motivació i emoció.

Unitat didàctica 6. Processos psicològics superiors: Pensament i llenguatge.

Bloc III. L'estrès i la salut.

Unitat didàctica 7. Concepte d'estrès, característiques i factors relacionats.

Unitat didàctica 8. Desencadenants i respostes d'estrès. Relació entre estrès i malaltia.

Unitat didàctica 9. L'estrès professional i la salut personal.

Unitat didàctica 10. Estratègies bàsiques d'afrontament de l'estrès.

Bloc IV. Aprenentatge, comportament i salut.

Unitat didàctica 11. Aprenentatge i conducta: Principis i tipus d'aprenentatge.

Unitat didàctica 12. Modificació de conductes no saludables.

Unitat didàctica 13. L'adherència terapèutica. Aprenentatge i factors relacionats.

Bloc V. Comportament social, grups i treball en equip.

Unitat didàctica 14. Conducta social.

Unitat didàctica 15. Grups i equips de treball.

Unitat didàctica 16. Dinàmica de les relacions intragrups.

Bloc VI. Impacte psicològic de la malaltia i la mort a diferents etapes del cicle vital.

Unitat didàctica 17. Impacta psicològic envers procediments mèdics i terapèutics a diferents etapes de la vida.

Unitat didàctica 18. Impacta psicològic de la malaltia i la mort a diferents etapes de la vida.

Metodologia docent

En aquest apartat es descriuen les activitats de treball presencial i no presencial (o autònom) previstes a l'assignatura amb l'objecte de poder desenvolupar i avaluar les competències establertes anteriorment.

Amb el propòsit d'afavorir l'autonomia i el treball de l'alumne, l'assignatura forma part del projecte Campus Extens (Palma), dedicat a l'ensenyament flexible a distància, el qual incorpora l'ús de la telemàtica a

Any acadèmic	2014-15
Assignatura	21601 - Conducta, Salut i Qualitat de Vida
Grup	Grup 1, 1S, GINF
Guia docent	A
Idioma	Català

l'ensenyament universitari. Així, mitjançant la plataforma de teleeducació Moodle l'alumne tindrà a la seva disposició una comunicació en línia i a distància amb el professorat, un calendari amb notícies d'interès, documents electrònics, propostes de pràctiques de treball, etc.

Volum de treball

A la següent taula es presenta la distribució d'hores segons les diferents activitats de treball presencial i de treball no presencial (o autònom) planificat i la seva equivalència en crèdits europeus o ECTS.

Activitats de treball presencial

Modalitat	Nom	Tip. agr.	Descripció	Hores
Classes teòriques	Lliçó magistral	Grup gran (G)	Mitjançant el mètode expositiu, el professor/a explicarà els continguts més importants de les unitats didàctiques. També es realitzarà un comentari sobre el mètode de treball aconsellat i el material didàctic que ha d'utilitzar per preparar de forma autònoma els continguts. En el transcurs de les classes, sovint el professor/a farà preguntes obertes de resposta ràpida, amb la finalitat de motivar el procés de raonament de l'alumne. Els alumnes que donin respostes correctes i raonades d'una manera ràpida s'en podran veure beneficiats en el procés d'avaluació.	25
Classes teòriques	Tutories en grup	Grup gran (G)	Es plantegen com una activitat addicional a les altres modalitats docents, per aclarir dubtes que puguin tenir els estudiants, ja siguin en relació als continguts exposats a les activitats presencials, al material de suport, o a dificultats que hagin trobat durant el seu treball autònom.	2
Seminaris i tallers	Anàlisi, reflexió i debat de temes específics	Grup mitjà (M)	Consistiran en sessions monogràfiques a través de les quals, el professorat plantejarà una temàtica específica de la matèria de l'assignatura i fomentarà l'anàlisi, reflexió i crítica constructiva entre l'alumnat. Es duran a terme dos seminaris: "Models explicatius de la psicologia de la salut i la seva relació amb la qualitat de vida" i "Impacta psicològic de la malaltia i la mort a diferents etapes de la vida". S'avaluarà la participació activa de l'alumnat i la preparació de documentació relativa al tema, que el professorat penjarà a la web de l'assignatura prèviament a la sessió o seminari.	6
Classes pràctiques	Gestió de l'estrès	Grup mitjà (M)	Consistiran en l'explicació i pràctica de tècniques d'afrontament de l'estrès. La metodologia emprada estarà en funció de la estratègia: identificació i modificació de idees irracionals, presa de decisions, resolució de problemes i relaxació. L'aprofitament de la pràctica implica la realització prèvia de les activitats habilitades a l'espai WEB corresponent de l'assignatura. L'assistència a les pràctiques es recomanable per assolir de forma òptima les competències.	6
Avaluació	Examen global	Grup gran (G)	Es realitzarà un examen global corresponent a la convocatòria oficial (gener-febrer) i un examen global corresponent al període extraordinari (juliol), sobre la matèria de l'assignatura. La prova de l'examen serà en castellà. Si algun/a alumne vol format en català ho ha	3



Any acadèmic	2014-15
Assignatura	21601 - Conducta, Salut i Qualitat de Vida
Grup	Grup 1, 1S, GINF
Guia docent	A
Idioma	Català

Modalitat	Nom	Tip. agr.	Descripció	Hores
			de sol·licitar per escrit al professorat almenys en 15 dies d'antelació.	

A començament del semestre hi haurà a disposició dels estudiants el cronograma de l'assignatura a través de la plataforma UIBdigital. Aquest cronograma inclourà almenys les dates en què es faran les proves d'avaluació contínua i les dates de lliurament dels treballs. A més, el professor o la professora informará els estudiants si el pla de treball de l'assignatura es durà a terme a través del cronograma o per una altra via, inclosa la plataforma Campus Extens.

Activitats de treball no presencial

Modalitat	Nom	Descripció	Hores
Estudi i treball autònom individual	Preparació unitats didàctiques i seminaris	Després de l'exposició per part del professor/a a les classes magistrals i seminaris, l'alumne haurà d'aprofundir en la matèria a través de l'estudi personal i de les lectures recomanades. Per facilitar aquesta tasca, l'alumne rebrà indicacions sobre referències i manuals a consultar, així com a pautes seguir.	83
Estudi i treball autònom en grup	Treball en xarxa	L'alumne haurà de lliurar la segona part d'una activitat iniciada a una de les classes pràctiques de gestió de l'estrès. Seguint les pautes indicades pel professorat, consistirà en la modificació de idees irracionals identificades a l'aula. El treball es lliurarà a través de la plataforma Moodle. La data de lliurament l'indicarà el professorat.	25

Riscs específics i mesures de protecció

Les activitats d'aprenentatge d'aquesta assignatura no comporten riscos específics per a la seguretat i salut dels alumnes i, per tant, no cal adoptar mesures de protecció especials.

Avaluació de l'aprenentatge dels estudiants

Les competències establertes a l'assignatura seran valorades mitjançant l'aplicació d'una sèrie de procediments d'avaluació. A la taula del present apartat es descriu per a cada procediment d'avaluació, la tipologia (recuperable: R, no recuperable: NR), els criteris d'avaluació i el seu pes en la qualificació de l'assignatura.

L'alumne obtindrà una qualificació numèrica entre 0 i 10 per a cada activitat avaluativa, la qual serà ponderada segons el seu pes, a fi d'obtenir la qualificació global de l'assignatura. Per superar l'assignatura, l'alumne ha d'haver superat dos requisits: a) Obtindre un mínim d'un 50% a l'examen global (2,5 punts sobre 5) b) Que la suma de totes les activitats avaluatives, sigui igual o superior a 5.

Alumnes que no hagin superat l'assignatura en el període d'avaluació complementària (gener-febrer), es guardaran les notes de les activitats No Recuperables fins el període d'avaluació extraordinària (juliol). D'acord amb l'article 26 del Reglament Acadèmic, la nota que sortirà a l'acta de febrer serà 4,5.



Any acadèmic	2014-15
Assignatura	21601 - Conducta, Salut i Qualitat de Vida
Grup	Grup 1, 1S, GINF
Guia docent	A
Idioma	Català

Anàlisi, reflexió i debat de temes específics

Modalitat	Seminaris i tallers
Tècnica	Altres procediments (no recuperable)
Descripció	Consistiran en sessions monogràfiques a través de les quals, el professorat plantejarà una temàtica específica de la matèria de l'assignatura i fomentarà l'anàlisi, reflexió i crítica constructiva entre l'alumnat. Es duran a terme dos seminaris: "Models explicatius de la psicologia de la salut i la seva relació amb la qualitat de vida" i "Impacta psicològic de la malaltia i la mort a diferents etapes de la vida". S'avaluarà la participació activa de l'alumnat i la preparació de documentació relativa al tema, que el professorat penjarà a la web de l'assignatura prèviament a la sessió o seminari.
Criteris d'avaluació	_ Participació activa als seminaris. _ Adequació de respostes a les qüestions plantejades pel professorat. _ Adequació de les interpretacions dels textos treballats i claredat de les exposicions personals. _ Capacitat per treballar en equip. _ Presentació i adequació de les tasques sol·licitades. _ Aportació personal (Bibliografia, crítica raonada, propostes, etc.) a les temàtiques treballades.

Percentatge de la qualificació final: 20%

Gestió de l'estrès

Modalitat	Classes pràctiques
Tècnica	Altres procediments (no recuperable)
Descripció	Consistiran en l'explicació i pràctica de tècniques d'afrontament de l'estrès. La metodologia emprada estarà en funció de la estratègia: identificació i modificació de idees irracionals, presa de decisions, resolució de problemes i relaxació. L'aprofitament de la pràctica implica la realització prèvia de les activitats habilitades a l'espai WEB corresponent de l'assignatura. L'assistència a les pràctiques es recomana per assolir de forma òptima les competències.
Criteris d'avaluació	_ Participació activa a les classes. _ Presentació de les tasques sol·licitades. _ Adequació de les interpretacions dels textos treballats. _ Adequació dels procediments utilitzats en funció de la naturalesa i les característiques de la pràctica.

Percentatge de la qualificació final: 20%

Examen global

Modalitat	Avaluació
Tècnica	Proves objectives (recuperable)
Descripció	Es realitzarà un examen global corresponent a la convocatòria oficial (gener-febrer) i un examen global corresponent al període extraordinari (juliol), sobre la matèria de l'assignatura. La prova de l'examen serà en castellà. Si algun/a alumne vol format en català ho ha de sol·licitar per escrit al professorat almenys en 15 dies d'antelació.
Criteris d'avaluació	_ Adequació de respostes a les qüestions plantejades. _ Format de la prova: preferentment objectiva, però també hi pot haver algunes preguntes de resposta breu. _ Poden entrar qüestions relatives als seminaris i a les classes pràctiques. _ S'haurà d'aconseguir un mínim de 2,5 punts sobre 5 perquè ponderi a la qualificació global de l'assignatura.

Percentatge de la qualificació final: 50%



Any acadèmic	2014-15
Assignatura	21601 - Conducta, Salut i Qualitat de Vida
Grup	Grup 1, 1S, GINF
Guia docent	A
Idioma	Català

Treball en xarxa

Modalitat	Estudi i treball autònom en grup
Tècnica	Altres procediments (no recuperable)
Descripció	L'alumne haurà de lliurar la segona part d'una activitat iniciada a una de les classes pràctiques de gestió de l'estrès. Seguint les pautes indicades pel professorat, consistirà en la modificació de idees irracionals identificades a l'aula. El treball es lliurarà a través de la plataforma Moodle. La data de lliurament l'indicarà el professorat.
Criteris d'avaluació	_ Exposició raonada i coherent a les qüestions plantejades. _ Adequació de les respostes a les activitats avaluatives.

Percentatge de la qualificació final: 10%

Recursos, bibliografia i documentació complementària

A continuació es presenta la bibliografia bàsica per poder seguir el desenvolupament de l'assignatura, així com altre bibliografia i recursos complementaris.

Bibliografia bàsica

Fornés J, Gómez J, coord. Factores mediadores en la salud mental. Enfermería psicosocial I. Madrid: FUDEN; 2008.

Latorre JM, coord. Ciencias psicosociales aplicadas I. Madrid: Síntesis; 1995.

Latorre JM, coord. Ciencias psicosociales aplicadas II. Madrid: Síntesis; 1995.

Nieto J, Abad MA, Esteban M, Tejerina M. Psicología para las ciencias de la salud. Madrid: McGraw-Hill Interamericana; 2005.

Taylor SE. Psicología de la salud. México: McGraw-Hill Interamericana; 2007.

Bibliografia complementària

Berger K. Psicología del desarrollo: Infancia y adolescencia. Buenos Aires: Panamericana; 2006. 7ª edición. Katschning H, Freeman H, Sartorius N. Modelos teóricos de calidad de vida en trastornos mentales. Masson: Barcelona; 2000. León JM. Psicología de la salud y la calidad de vida. Barcelona UOC; 2004. Moreno A. Psicología del desenvolupament II. Barcelona: UOC; 2001. Perinat A, Miras M, Onrubia J. Psicología del desenvolupament I. Barcelona: UOC; 2008. Reinés J. Atención en los procesos de pérdida y duelo. En: Fornés J, Gómez J, coord. Principales problemas de salud mental e intervención enfermera. Madrid: FUDEN; 2008. Cap. 20 (pp. 645-659). Rodríguez-Marín J. Psicología social de la salud. Madrid: Síntesis; 2001. Tazón P, Aseguinolaza L, García-Campayo J. Ciencias psicosociales. Barcelona: Masson; 2004.

Altres recursos

Mitjançant la plataforma de teleeducació Moodle, l'alumne tindrà a la seva disposició una sèrie de recursos d'interès per a la seva formació, com documents electrònics sobre la matèria elaborats pel professorat responsable de l'assignatura i altres documents i enllaços a internet. Pàgina interessant de recursos contra l'estrès <http://psychcentral.com/resources/>