UNIVERSIDAD AUTONOMA DE BAJA CALIFORNIA
COORDINACIÓN DE FORMACIÓN BÁSICA
COORDINACIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL Y VINCULACIÓN
PROGRAMA DE UNIDAD DE APRENDIZAJE POR COMPETENCIAS

JAN 2 2 2013

I. DATOS DE IDENTIFICACIÓN

1. Unidad Académica: **FACULTAD DE MEDICINA Y PSICOLOGÍA**
   CENTRO DE CIENCIAS DE LA SALUD
2. Programa de estudio: **LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA**
3. Vigencia del plan: **2010-2**
4. Nombre de la Unidad de aprendizaje: **PSICOLOGÍA DE LA SALUD**
5. Clave: **13053**
6. No. de horas: HC: **2** HPC: **2** No. de créditos: **6**
7. Ciclo Escolar: **2013-1**
8. Etapa de formación a la que pertenece: **DISCIPLINARIA**
9. Carácter de la Unidad de aprendizaje: **OBLIGATORIA**
10. Requisitos para cursar la unidad de aprendizaje: **NINGUNO**

FECHA DE ELABORACIÓN: **DICIEMBRE 2012**

FORMULÓ:
M.S.P. MARÍA GUADALUPE DELGADILLO RAMOS

VO. BO. **M.D. VÍCTOR ANTONIO MARTÍNEZ VALENZUELA**
CARGO: SUBDIRECTOR

II. PROPÓSITO GENERAL DEL CURSO

Se trata de una unidad de aprendizaje obligatoria de etapa disciplinaria, cuya importancia para el psicólogo en formación radica en que le permitirá desarrollar una visión general del campo de acción del psicólogo de la salud en los diferentes niveles de atención y problemáticas de salud, con la finalidad de que elabore programas de promoción de la salud y realice intervenciones que mejoren la calidad de vida de las personas desde una perspectiva integral.

III. COMPETENCIA DEL CURSO

Desarrollar programas de promoción de la salud e intervención para el manejo adecuado de la calidad de vida de las personas, mediante la investigación y análisis de los factores psicosociales que influyen en el proceso de salud y enfermedad, para contribuir a la búsqueda de soluciones para los problemas de salud que aquejan a los individuos en la región, con compromiso social, empatía, respeto y responsabilidad por las necesidades personales y grupales.

IV. EVIDENCIA (S) DE DESEMPEÑO

Evidencia por desempeño:

a) Investiga los materiales que se van a revisar en la clase.
b) Participa de forma relevante en los temas de clase.
c) Aplica los conocimientos y habilidades adquiridas de forma teórica.
d) Forma e integra equipos de trabajo

2. Evidencia por producto:

a) Desarrolla un programa de promoción de la salud.
b) Elabora materiales y acude a una feria de la salud.
c) Evalúa la salud integral de personas sanas y enfermas en función de factores psicosociales.
d) Elabora una propuesta de mejoramiento de la calidad de vida desde una perspectiva integral.

3. Evidencia de conocimiento:

a) Identifica la información relevante de temas específicos.
b) Expone con claridad y preparación un tema de clase.
c) Aprueba el examen departamental.

4. Evidencia de actitudes:

a) Cumple con tareas y responsabilidades asignadas.
b) Participa con entusiasmo y muestra buena disposición para trabajar en equipo.
c) Muestra respeto para sus compañeros y su maestro.

V. DESARROLLO POR UNIDADES

UNIDAD 1. INTRODUCCIÓN A LA PSICOLOGÍA DE LA SALUD

Competencia:
Comprender el campo de acción de la Psicología de la salud, mediante la revisión de los conceptos y perspectivas de salud en cada uno de los niveles de atención, para desarrollar un programa de promoción de la salud cuya intervención dé respuesta a las necesidades de un grupo, con un manejo ético y responsable.

Contenido **Duración: 6 horas**

1.1 Concepto de salud

1.2 Perspectivas en salud
- 1.2.1 Psicógena
- 1.2.2 Holista

1.3 Definición de Psicología de la Salud

1.4 Antecedentes históricos de la Psicología de la Salud

1.5 Atribuciones del psicólogo de la salud

1.6 Niveles de atención a la salud
- 1.6.1 Primaria: Promoción de la salud y protección específica
- 1.6.2 Secundaria: Diagnóstico precoz y tratamiento oportuno
- 1.6.3 Terciaria: Rehabilitación

V. DESARROLLO POR UNIDADES

UNIDAD 2. PSICOLOGÍA Y ENFERMEDAD

Competencia:
Analizar los factores psicosociales que afectan el estado de salud de las personas, mediante el conocimiento de sus hábitos, creencias, personalidad y reacción frente al estrés, para evaluar su impacto en la salud integral con empatía y respeto.

Contenido **Duración: 10 horas**

2.1 Factores psicosociales que afectan el estado de salud
- 2.1.1 Emociones
- 2.1.2 Estrategias de afrontamiento y rasgos de personalidad
- 2.1.3 Hábitos de salud
- 2.1.4 Creencias y representaciones sociales
- 2.1.5 Sugestión y autosugestión
- 2.1.6 Refuerzo o aprendizaje vicario de una conducta anormal
- 2.1.7 Identificación defensiva con un modelo enfermo

2.2 Creencias y explicaciones sobre la enfermedad
- 2.2.1 Enfoque cognitivo
- 2.2.2 Enfoque social y experiencial

2.3 Enfermedad y personalidad
- 2.3.1 Tipo A y B
- 2.3.2 Personalidad propensa al estrés
- 2.3.3 Personalidad y padecimientos específicos

2.4 Estrés y estrategias de afrontamiento
- 2.4.1 Estrés como estímulo y como respuesta
- 2.4.2 Psiconeuroinmunología
- 2.4.3 Estrés y padecimientos específicos

V. DESARROLLO POR UNIDADES

UNIDAD 3. MANEJO DE ENFERMEDADES CRÓNICAS Y TERMINALES

Competencia:
Juzgar los aspectos que intervienen en la calidad de vida de los pacientes con enfermedades crónicas y terminales, mediante el análisis de sus respuestas emocionales ante la enfermedad y el dolor, para evaluar su impacto en el grado de ajuste y adherencia al tratamiento, con empatía y respeto.

Contenido **Duración: 10 horas**

3.1 Calidad de vida
- 3.1.1 Definición
- 3.1.2 Evaluación

3.2 Respuestas emocionales ante la enfermedad
- 3.2.1 Ante el diagnóstico
- 3.2.2 Ante el curso y consecuencias

3.3 Ajuste y rehabilitación de pacientes con enfermedades crónicas
- 3.3.1 Bienestar psicológico, satisfacción con la vida y autoestima
- 3.3.2 Vida de pareja, familiar y social
- 3.3.3 Actividades escolares, labores y recreativas

3.4 Alternativas al cuidado hospitalario de enfermos crónicos y terminales
- 3.4.1 Plan de tratamiento
- 3.4.2 Sistematización de los cuidados en casa
- 3.4.3 Muerte del enfermo y problemas de los supervivientes

3.5 Adherencia al tratamiento y empoderamiento del paciente
- 3.5.1 Factores asociados con la no adherencia
- 3.5.2 Experiencia de la enfermedad crónica
- 3.5.3 Empoderamiento del paciente

3.6 Dolor
- 3.6.1 Significado y teorías
- 3.6.2 Aspectos psicológicos del dolor
- 3.6.3 Influencias socioculturales en el dolor
- 3.6.4 Estrategias de enfrentamiento

V. DESARROLLO POR UNIDADES

UNIDAD 4. ESTRATEGIAS DE MEJORAMIENTO DE LA CALIDAD DE VIDA

Competencia:
Contrastar los paradigmas existentes en materia de salud, mediante el análisis de las dimensiones física, psicológica, social, con respecto a una visión de Psicología positiva, para elaborar una propuesta integral que contribuya al mejoramiento de la calidad de vida de las personas tanto sanas como enfermas, con respeto por las diferencias y los procesos personales de crecimiento.

Contenido **Duración: 10 horas**

4.1 Dimensión física
- 4.1.1 Nutrición
- 4.1.2 Ejercicio físico
- 4.1.3 Respiración

4.2 Dimensión psicológica
- 4.2.1 Reestructuración cognitiva
- 4.2.2 Relajación
- 4.2.3 Meditación
- 4.2.4 Visualización

4.3 Dimensión social
- 4.3.1 Relaciones interpersonales
- 4.3.2 Asertividad
- 4.3.3. Ensayo de conducta

4.4 Psicología positiva
- 4.4.1 Felicidad
- 4.4.2 Creatividad
- 4.4.3 Fluir
- 4.4.4 Resiliencia
- 4.4.5 Humor
- 4.4.6 Inteligencia emocional
- 4.4.7 Fortalezas personales

VI. ESTRUCTURA DE LAS PRÁCTICAS

No. de Práctica	Competencia(s)	Descripción	Material de Apoyo	Duración
1	Desarrollar un programa de promoción de la salud cuya intervención dé respuesta a las necesidades de un grupo, con un manejo ético y responsable.	En equipo los estudiantes elaborarán un programa de promoción de la salud y lo aplicarán a un grupo de personas en escenarios como escuelas, hospitales, empresas, asociaciones, etc. Posteriormente llevarán a cabo la intervención psicoeducativa, reportando mediante bitácoras los principales hallazgos acontecidos en las sesiones.	Cañón Computadora Cartulinas Hojas de papel Plumas Colores	20 hrs.
2	Evaluar el impacto en la salud integral de personas sanas, analizando sus hábitos, creencias, personalidad y reacción frente al estrés con empatía y respeto.	En parejas los estudiantes realizarán entrevistas de profundidad y aplicarán instrumentos que les permitan evaluar el impacto del estilo de vida de una persona sana, a fin de relacionarlo con su estado de salud presente el probable desarrollo de una enfermedad en el futuro a corto y largo plazo.	Hojas de papel Copias Grabadora de voz o imagen	4 hrs.
3	Evaluar el impacto en el grado de ajuste y adherencia al tratamiento de pacientes con enfermedades crónicas y terminales, analizando sus respuestas emocionales ante la enfermedad y el dolor, con empatía y respeto.	En parejas los estudiantes realizarán entrevistas de profundidad y aplicarán instrumentos que les permitan evaluar los distintos aspectos que intervienen en la calidad de vida de los pacientes con enfermedades crónicas y terminales.	Hojas de papel Copias Grabadora de voz o imagen	4 hrs.
4	Elaborar una propuesta integral que contribuya al mejoramiento de la calidad de vida de las personas tanto sanas como enfermas, con respeto por las diferencias y los procesos personales de desarrollo humano.	En parejas los estudiantes desarrollarán una propuesta plasmada en un artículo, video, manual, o material didáctico, que integre las distintas perspectivas en salud para mejorar la calidad de vida.	Hojas Videos Videograbadora Computadora Cañón	8 hrs.

VII. METODOLOGÍA DE TRABAJO

Para el abordaje de los contenidos del curso se requiere de la participación dinámica de los estudiantes a través del trabajo en equipo, de manera que la interacción en las actividades de clase y práctica se lleve a cabo bajo un clima de respeto, compromiso y responsabilidad con la misión a realizar.

VIII. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

La evaluación será llevada a cabo de forma permanente durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje de la siguiente manera:

Criterios de acreditación

- 80 % de asistencia para tener derecho a examen ordinario

- Calificación en escala del 0 al 100, con un mínimo aprobatorio de 60

Criterios de evaluación:

• Tareas y participación en clase	10 %
• Feria de la salud	10 %
• Desarrollo de un programa de promoción de la salud	20 %
• Evaluación de la salud integral de una persona sana y de un paciente con enfermedad crónica	20 %
• Elaboración de una propuesta para el mejoramiento de la calidad de vida	10%
• Exámenes Departamental	30 %

IX. BIBLIOGRAFÍA

Básica

Marks, D.F. (2008). Psicología de la Salud: Teoría, investigación y práctica. México: Manual moderno.



Oblitas Guadalupe, L.A. (2010). Psicología de la salud y calidad de vida. México: Cengage Learning.



Moral de la Rubia, J., Valdea Medina, J.L., González, N.I. y López-Fuentes, A. (2011). Psicología y Salud. México: CUMEX.

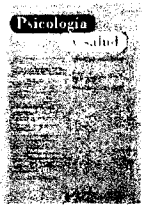
Morales Calatayud, F. (1999). Introducción a la Psicología de la salud. Habana: Paidós.



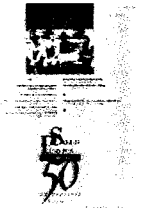


Complementaria

Revista Psicología y Salud



Revista Salud Pública de México



Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud

http://www.unife.edu.pe/pub/revpsicologia/psicologiasalud.pdf