
Ano Letivo 2017-18

Unidade Curricular PSICOLOGIA DA SAÚDE

Cursos PSICOLOGIA (1.º ciclo)

Unidade Orgânica Faculdade de Ciências Humanas e Sociais

Código da Unidade Curricular 14521021

Área Científica PSICOLOGIA

Sigla

Línguas de Aprendizagem Português.

Modalidade de ensino Presencial.

Docente Responsável Marta Sofia Ventosa Brás

DOCENTE	TIPO DE AULA	TURMAS	TOTAL HORAS DE CONTACTO (*)
Marta Sofia Ventosa Brás	OT; T; TP	T1; TP1; TP2; OT1	19.5T; 39TP; 5OT

* Para turmas lecionadas conjuntamente, apenas é contabilizada a carga horária de uma delas.

ANO	PERÍODO DE FUNCIONAMENTO*	HORAS DE CONTACTO	HORAS TOTAIS DE TRABALHO	ECTS
2º	S2	19.5T; 19.5TP; 5OT	140	5

* A-Anual;S-Semestral;Q-Quadrimestral;T-Trimestral

Precedências

Sem precedências

Conhecimentos Prévios recomendados

Conceitos básicos em Psicologia.

Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências)

Os objetivos de aprendizagem desta unidade curricular distribuem-se por três grandes áreas, (1) a promoção da saúde, (2) a adaptação à doença e a adesão ao tratamento e (3) intervenção psicológica no tratamento de doenças específicas. No final desta unidade curricular pretende-se que os alunos sejam capazes de: (a) descrever os modelos psicológicos usualmente utilizados para conceber a mudança de comportamentos relativamente à doença; (b) utilizar os recursos teóricos e técnicos da Psicologia para conceber e implementar os programas de promoção da saúde; (c) utilizar os modelos teóricos da Psicologia da Saúde para explicar o modo como as pessoas se adaptam a uma situação de doença; (d) identificar os fatores que contribuem para uma melhor adesão ao tratamento e (e) reconhecer quais as técnicas de avaliação e intervenção em áreas específicas da saúde que requerem uma abordagem psicológica e uma mudança comportamental.

Conteúdos programáticos

Módulo 1. *Introdução à Psicologia da Saúde*

- a) Contexto histórico
- b) Definição
- c) Objetivos e áreas de investigação e intervenção

Módulo 2. *Adaptação à doença*

- a) A doença como facto biopsicossocial
- b) Modelos teóricos
- c) Avaliação

Módulo 3. *Adesão ao tratamento*

- a) O comportamento de adesão
- b) Modelos explicativos
- c) Avaliação e intervenção

Módulo 4. *Perspetiva psicológica sobre a doença oncológica*

- a) Dados epidemiológicos e fatores etiológicos
- b) Modelos e estratégias de prevenção
- c) Adaptação psicológica à doença

Módulo 5. *Prevenção da doença e promoção da saúde na comunidade*

- a) Aspetos psicossociais da saúde
- b) Políticas de prevenção, educação e promoção da saúde
- c) Modelos psicológicos aplicados à mudança de comportamentos de risco

Módulo 6. *Consumo de tabaco e álcool*

- a) Modelos psicológicos explicativos
- b) Recursos de tratamento
- c) Modelos de intervenção psicológica

Módulo 7. *Aspetos psicológicos da obesidade*

- a) Fatores psicológicos explicativos
- b) Recursos de tratamento
- c) Modelos de intervenção psicológica

Metodologias de ensino (avaliação incluída)

Nas aulas teóricas recorrer-se-á ao método expositivo.

Os métodos a utilizar nas aulas teóricas-práticas serão os seguintes: a) visionamento e discussão de filmes; b) atividades de *role-playing*; c) análise e discussão de artigos científicos; d) apresentação oral e discussão em contexto de aula de trabalhos de grupo.

São considerados como elementos de avaliação duas provas escritas sobre os conteúdos programáticos. Cada uma das provas contribui para metade da nota final. A dispensa de exame exige uma nota mínima de 9,5 valores no conjunto das duas provas escritas.

Horário de Atendimento: Segunda-feira, 11.00h - 13.15h (FCHS, Ed.1, Gab. 1.39b).

Bibliografia principal

Álvarez, M., Hermida, J., Rodríguez, C., & Vázquez, I. (eds.) (2003). *Guía de tratamiento psicológicos eficaces II: Psicología de la salud*. Madrid: Pirámide.

Bennett, P. & Murphy, S. (1999). *Psicologia e promoção da saúde*. Lisboa: Climepsi.

Brannon, L. & Feist, J. (2001). *Psicología de la salud*. Madrid: Paraninfo.

Buceta, J. & Bueno, A. (1998). *Tratamiento psicológico de hábitos e enfermedades*. Madrid: Pirámide.

Cameron, L., & Leventhal, H. (Eds.). (2003). *The self-regulation of health and illness behaviour*. New York: Routledge.

Joyce-Moniz, L., & Barros, L. (2005). *Psicología da doença para cuidados de saúde*. Porto: ASA.

Marks, D., Murray, M., Evans, B. & Willig, C. (2000). *Health psychology: Theory, research and practice*. London: Sage.

Odgen, J. (1999). *Psicologia da saúde*. Lisboa: Climepsi.

Rollnick, S., Mason, P., & Butler, C. (2005). *Health behavior change*. Philadelphia: Churchill Livingstone.

Simón, M.A. (Ed.) (1999). *Manual de psicología de la salud*. Madrid: Biblioteca Nueva.

Academic Year 2017-18

Course unit HEALTH PSYCHOLOGY

Courses PSYCHOLOGY (1st Cycle)

Faculty / School Faculdade de Ciências Humanas e Sociais

Main Scientific Area PSICOLOGIA

Acronym

Language of instruction Portuguese.

Teaching/Learning modality Presential.

Coordinating teacher Marta Sofia Ventosa Brás

Teaching staff	Type	Classes	Hours (*)
Marta Sofia Ventosa Brás	OT; T; TP	T1; TP1; TP2; OT1	19.5T; 39TP; 5OT

* For classes taught jointly, it is only accounted the workload of one.

Contact hours

T	TP	PL	TC	S	E	OT	O	Total
19.5	19.5	0	0	0	0	5	0	140

T - Theoretical; TP - Theoretical and practical ; PL - Practical and laboratorial; TC - Field Work; S - Seminar; E - Training; OT - Tutorial; O - Other

Pre-requisites

no pre-requisites

Prior knowledge and skills

Basic concepts in Psychology.

The students intended learning outcomes (knowledge, skills and competences)

The learning goals of this course revolve around three major areas, (1) health promotion, (2) adaptation to illness and treatment adherence, and (3) psychological intervention for specific diseases. At the end of this course, students should be able: (a) to describe the theoretical psychological models commonly used to design behavioral change programs; (b) to use the theoretical and technical resources of psychology to design and implement health promotion programs; (c) to use the theoretical models of health psychology to explain how individuals adapt to illness; (d) to identify factors that contribute to a more successful treatment adherence, and (e) to recognize which assessment and intervention techniques are useful for intervention in specific areas of health care that require a psychological and behavioral change.

Syllabus

Module 1. Introduction to health psychology

- a) Historical background
- b) Definition
- c) Goals, intervention areas, and research lines

Module 2. Adaptation to illness

- a) Illness as a biopsychosocial fact
- b) Theoretical models
- c) Assessment

Module 3. Treatment adherence

- a) Adherence behavior
- b) Explanatory models
- c) Assessment and intervention

Module 4. Psychological perspective on psycho-oncology

- a) Epidemiological data and etiologic factors
- b) Models and strategies for prevention
- c) Psychological adaptation to cancer

Module 5. Health promotion and illness prevention in the community

- a) Psychosocial aspects of health and illness
- b) Prevention, education and health promotion policies
- c) Psychological models of behavioral change regarding risk behaviors

Module 6. Alcohol and tobacco consumption

- a) Explanatory models
- b) Treatment options
- c) Psychological intervention models

Module 7. Psychological aspects of obesity

- a) Psychological explanatory factors
- b) Treatment options
- c) Psychological intervention models

Teaching methodologies (including evaluation)

Lectures will be used to present the contents of this course.

Different methods will be used in the theoretico-practical classes: a) Viewing and discussion of films; b) Role-playing activities; c) Analysis and discussion of journal articles; d) Presentation and discussion of group assignments. Tutorial meetings will be useful to plan and prepare group assignments.

The evaluation will consist of two written exams about the contents of this course. Each of these written exams contributes half (50%) to the final grade. Students will be exonerated from the final exam if they achieve a grade (arithmetic mean) of at least 9.5 in the two written tests.

Office hours: Mondays, 11:00 am- 01:15 pm (FCHS, Building 1, room 1.39b)

Main Bibliography

Álvarez, M., Hermida, J., Rodríguez, C., & Vázquez, I. (eds.) (2003). *Guía de tratamiento psicológicos eficaces II: Psicología de la salud*. Madrid: Pirámide.

Bennett, P. & Murphy, S. (1999). *Psicologia e promoção da saúde*. Lisboa: Climepsi.

Brannon, L. & Feist, J. (2001). *Psicología de la salud*. Madrid: Paraninfo.

Buceta, J. & Bueno, A. (1998). *Tratamiento psicológico de hábitos e enfermedades*. Madrid: Pirámide.

Cameron, L., & Leventhal, H. (Eds.). (2003). *The self-regulation of health and illness behaviour*. New York: Routledge.

Joyce-Moniz, L., & Barros, L. (2005). *Psicología da doença para cuidados de saúde*. Porto: ASA.

Marks, D., Murray, M., Evans, B. & Willig, C. (2000). *Health psychology: Theory, research and practice*. London: Sage.

Odgen, J. (1999). *Psicologia da saúde*. Lisboa: Climepsi.

Rollnick, S., Mason, P., & Butler, C. (2005). *Health behavior change*. Philadelphia: Churchill Livingstone.

Simón, M.A. (Ed.) (1999). *Manual de psicología de la salud*. Madrid: Biblioteca Nueva.