



## Guía Docente

Datos Identificativos					2021/22
Asignatura (*)	Saúde laboral e calidade de vida laboral			Código	652438008
Titulación	Mestrado Universitario en Psicoloxía Aplicada				
Descritores					
Ciclo	Período	Curso	Tipo	Créditos	
Mestrado Oficial	1º cuatrimestre	Primeiro	Obrigatoria	3	
Idioma	CastelánGalego				
Modalidade docente	Presencial				
Prerrequisitos					
Departamento	Psicoloxía				
Coordinación	Reig Botella, Adela Milagro		Correo electrónico	adela.reig@udc.es	
Profesorado	Reig Botella, Adela Milagro		Correo electrónico	adela.reig@udc.es	
Web					
Descrición xeral	<p>No marco contextual que actualmente se atopa o mundo organizacional tiveron lugar unha serie de transformacións, existindo a posibilidade de que un traballador atópanse nunha situación laboral onde existan condicións de traballo relacionadas coa organización, o contido do traballo e a realización de tarefas que teñen capacidade para xerar un dano á saúde do traballador e de provocar disfuncións no desenvolvemento do traballo.</p> <p>Os factores de riscos psicosociais áchanse prioritariamente nas características estruturais dela organización, nas particularidades da tarefa e no tempo de traballo</p>				
Plan de continxencia	<p>1. Modificacións nos contidos Ningunha</p> <p>2. Metodoloxías Metodoloxías docentes que se manteñen Todas salvo polo indicado a continuación. Metodoloxías docentes que se modifican No caso de que non se poidan celebrar sesións presenciais: As clases celebraranse no mesmo horario asignado ás sesións presenciais a través da aplicación Teams.</p> <p>3. Mecanismos de atención personalizada ao alumnado No caso de que non se poidan celebrar tutorías presenciais: Manterase o mesmo horario de tutorías. Os alumnos deberán solicitar ao profesor tutorías a través de correo electrónico con polo menos 48 horas de antelación. O profesor contestará o correo indicando o horario dispoñible para as tutorías en función doutras peticións existentes. Á hora indicada o alumno deberá estar conectado a Teams e recibirá unha videollamada para celebrar a tutoría. Cabe a posibilidade de celebrar tutorías de grupo con este sistema.</p> <p>4. Modificacións na avaliación Ningunha</p> <p>5. Modificacións da bibliografía ou webgrafía Ningunha</p>				

## Competencias / Resultados do título

Código	Competencias / Resultados do título
A1	Recoñecer e respectar a diversidade humana e comprender que as explicacións psicolóxicas poden variar a través de poboacións e contextos.
A2	Saber identificar os factores persoais, psico-sociais e/ou educativos que poden pór en risco a saúde das persoas.
A3	Ser capaz de elaborar un informe científico que implique definir un problema de investigación, as hipóteses e variables asociadas, así como definir o deseño, a mostra e o seu modo de selección, as ferramentas de recollida de datos e a súa consecuente análise e discusión.
A4	Ser capaz de lograr un adecuado nivel de comprensión da demanda do destinatario en cada situación ou contexto de aplicación.



A5	Ser capaz de realizar unha avaliación psicolóxica no contexto dunha investigación científica.
A7	Saber realizar un seguimento sobre un caso elixindo obxectivos pertinentes e realistas.
A10	Ser capaz de deseñar instrumentos de recollida de información en programas de intervención psicolóxica.
A13	Coñecer e ser capaz de utilizar os diferentes modelos, teorías, métodos e técnicas de avaliación e intervención que son específicos dos distintos ámbitos da investigación en Psicoloxía Aplicada e desenvolver unha actitude crítica propia do espírito científico.
A14	Ser capaz de analizar a documentación bibliográfica necesaria para un traballo de investigación.
A17	Ser capaz de comunicar os resultados dunha investigación.
B1	Capacidade de análise e síntese.
B2	Capacidade de organización e planificación.
B4	Traballo nun contexto internacional.
B7	Compromiso ético.
B8	Aprendizaxe autónoma.
B9	Iniciativa e espírito emprendedor.
B10	Motivación pola calidade.
B13	Capacidade de aplicar os coñecementos á práctica.
B16	Capacidade para comunicarse con persoas non expertas na materia.
C3	Utilizar as ferramentas básicas das tecnoloxías da información e as comunicacións (TIC) necesarias para o exercicio da súa profesión e para a aprendizaxe ao longo da súa vida.
C4	Desenvolverse para o exercicio dunha cidadanía aberta, culta, crítica, comprometida, democrática e solidaria, capaz de analizar a realidade, diagnosticar problemas, formular e implantar solucións baseadas no coñecemento e orientadas ao ben común.
C5	Entender a importancia da cultura emprendedora e coñecer os medios ao alcance das persoas emprendedoras.
C6	Valorar críticamente o coñecemento, a tecnoloxía e a información dispoñible para resolver os problemas cos que deben enfrontarse.
C7	Asumir como profesional e cidadán a importancia da aprendizaxe ao longo da vida.
C8	Valorar a importancia que ten a investigación, a innovación e o desenvolvemento tecnolóxico no avance socioeconómico e cultural da sociedade.

Resultados da aprendizaxe			
Resultados de aprendizaxe	Competencias / Resultados do título		
Saber identificar os factores persoais, psico-sociais e/ou educativos que poden pór en risco a saúde das persoas	AI2		
Ser capaz de realizar unha avaliación psicolóxica no contexto dunha investigación científica.	AI5		
Ser capaz de deseñar instrumentos de recollida de información en programas de intervención psicolóxica	AI10		
Coñecer e ser capaz de utilizar os diferentes modelos, teorías, métodos e técnicas de avaliación e intervención que son específicos dos distintos ámbitos da investigación en Psicoloxía Aplicada e desenvolver unha actitude crítica propia do espírito científico	AI13		
Ser capaz de analizar a documentación bibliográfica necesaria para un traballo de investigación	AI14		
Ser capaz de comunicar os resultados dunha investigación	AI17		
CM7 Asumir como profesional e cidadán a importancia da aprendizaxe ao longo da vida			CM7
CM4 Desenvolverse para o exercicio dunha cidadanía aberta, culta, crítica, comprometida, democrática e solidaria, capaz de analizar a realidade, diagnosticar problemas, formular e implantar solucións baseadas no coñecemento e orientadas ao ben común			CM4
BI16 Capacidade para comunicarse con persoas non expertas na materia		BI16	
BI7 Compromiso ético		BI7	
BI13 Capacidade de aplicar os coñecementos á práctica		BI13	
Desenvolverse para o exercicio dunha cidadanía aberta, culta, crítica, comprometida, democrática e solidaria, capaz de analizar a realidade, diagnosticar problemas, formular e implantar solución baseadas no coñecemento e orientadas ao ben común.			CM4
Asumir como profesional e cidadán a importancia da aprendizaxe ao longo da vida.			CM7
Recoñecer e respectar a diversidade humana e comprender que as explicacións psicolóxicas poden variar a través de poboacións e contextos.	AI1		



Ser capaz de elaborar un informe científico que implique definir un problema de investigación, as hipóteses e variables asociadas, así como definir o deseño, a mostra e o seu modo de selección, as ferramentas de recollida de datos e a súa consecuente análise e discusión.	AI3		
Ser capaz de lograr un adecuado nivel de comprensión da demanda do destinatario en cada situación ou contexto de aplicación.	AI4		
Saber realizar un seguimento sobre un caso elixindo obxectivos pertinentes e realistas.	AI7		
Capacidade de análise e síntese.		BI1	
Capacidade de organización e planificación.		BI2	
Traballo nun contexto internacional.		BI4	
Aprendizaxe autónoma.		BI8	
Iniciativa e espírito emprendedor.		BI9	
Motivación pola calidade.		BI10	
Utilizar as ferramentas básicas das tecnoloxías da información e as comunicacións (TIC) necesarias para o exercicio da súa profesión e para a aprendizaxe ao longo da súa vida.			CM3
Entender a importancia da cultura emprendedora e coñecer os medios ao alcance das persoas emprendedoras.			CM5
Valorar críticamente o coñecemento, a tecnoloxía e a información dispoñible para resolver os problemas cos que deben enfrontarse.			CM6
Valorar a importancia que ten a investigación, a innovación e o desenvolvemento tecnolóxico no avance socioeconómico e cultural da sociedade.			CM8

Contidos	
Temas	Subtemas
1. Promoción da saúde nos lugares de traballo	1. Promoción da saúde nos lugares de traballo
2. Traballo e familia	2. Traballo e familia
3. Ambientes de traballo saudables	3. Ambientes de traballo saudables
4. Influencia do liderado e do clima laboral en saúde	4. Influencia do liderado e do clima laboral en saúde
5. Diferenzas individuais no traballo e saúde.	5. Diferenzas individuais no traballo e saúde.
6. A incidencia das variables psicosociais na saúde	6. A incidencia das variables psicosociais na saúde

Planificación				
Metodoloxías / probas	Competencias / Resultados	Horas lectivas (presenciais e virtuais)	Horas traballo autónomo	Horas totais
Lecturas	A1 A4 A13 B8 C4	0	16	16
Presentación oral	A2 A14 A17 B10 B13 B16 C3	3	0	3
Sesión maxistral	A2 A13 B4 B9 B13 C4 C5 C7	11	0	11
Actividades iniciais	A7 A14 B7 B13 B16	6	0	6
Recensión bibliográfica	A2 A13 A14 C7	0	20	20
Discusión dirixida	A5 A10 A13 B13 B16 C6 C8	1	0	1
Traballos tutelados	A2 A3 A5 A10 A13 A14 A17 B1 B2 B7 B13 C4	0	16	16
Atención personalizada		2	0	2

\*Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientativo, considerando a heteroxeneidade do alumnado

Metodoloxías	
Metodoloxías	Descrición



Lecturas	Conxunto de textos e documentación escrita que se recolleron e editado como fonte de profundización nos contidos traballados
Presentación oral	Intervención inherente aos procesos de ensino-aprendizaxe baseada na exposición verbal a través da que o alumnado e o profesorado interactúan dun modo ordenado, expondo cuestións, facendo aclaracións e expoñendo temas, traballos, conceptos, feitos ou principios de forma dinámica
Sesión maxistral	Exposición oral complementada co uso de medios audiovisuais e a introdución dalgunhas preguntas dirixidas aos estudantes, coa finalidade de transmitir coñecementos e facilitar a aprendizaxe. A clase maxistral tamén é coñecida como "conferencia", "método expositivo" ou "lección maxistral". Esta última modalidade adóitase reservar a un tipo especial de lección impartida por un profesor en ocasións especiais, cun contido que supón unha elaboración orixinal e baseada no uso case exclusivo da palabra como vía de transmisión da información á audiencia.
Actividades iniciais	Técnica de dinámica de grupos que ten como obxectivo axudar a desenvolver a perspectiva social e a empatía mediante a representación de diferentes papeis dentro de situacións conflitivas onde interveñen diferentes posturas que teñen que ser combinadas. Utilízase para traballar as relacións interpersoais, o comportamento, os valores e as actitudes
Recensión bibliográfica	Proceso de lectura crítica dun libro, dun artigo, dunha tese ou dunha comunicación a un congreso. Como tal proceso, comprende a lectura da obra, a análise do seu contido e unha crítica e valoración da mesma en relación á literatura existente sobre o tema. Unha recensión non supón un resumo da obra, nin unha mera análise do contido, pois o que lle outorga sentido e dimensión académica científica é a crítica que merece a xuízo do autor da recensión, en relación a outras obras coñecidas do mesmo ámbito ou en relación á súa propia experiencia.
Discusión dirixida	Técnica de dinámica de grupos na que os membros dun grupo discuten de forma libre, informal e espontánea sobre un tema, aínda que poden estar coordinados por un moderador.
Traballos tutelados	Metodoloxía deseñada para promover a aprendizaxe autónoma dos estudantes, baixo a tutela do profesor e en escenarios variados (académicos e profesionais). Esta referida prioritariamente á aprendizaxe de "como facer as cousas. Constitúe unha opción baseada na asunción polos estudantes da responsabilidade pola súa propia aprendizaxe. Este sistema de ensino baséase en dous elementos básicos: a aprendizaxe independente dos estudantes e o seguimento desa aprendizaxe polo profesor-tutor.

### Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Traballos tutelados	Monitorización de los trabajos individuales que realiza cada alumno. Orientación sobre la metodología y las fuentes documentales que debe manejar y sobre la redacción del informe final del trabajo.

### Avaliación

Metodoloxías	Competencias / Resultados	Descrición	Cualificación
Lecturas	A1 A4 A13 B8 C4	Avalíanse a través das outras metodoloxías.	5
Presentación oral	A2 A14 A17 B10 B13 B16 C3	Intervención inherente aos procesos de ensino-aprendizaxe baseada na exposición verbal a través da que o alumnado e o profesorado interactúan dun modo ordenado, expondo cuestións, facendo aclaracións e expoñendo temas, traballos, conceptos, feitos ou principios de forma dinámica	10



Sesión maxistral	A2 A13 B4 B9 B13 C4 C5 C7	Exposición oral complementada co uso de medios audiovisuais e a introdución dalgunhas preguntas dirixidas aos estudantes, coa finalidade de transmitir coñecementos e facilitar a aprendizaxe. A clase maxistral tamén é coñecida como "conferencia", "método expositivo" ou "lección maxistral". Esta última modalidade adóitase reservar a un tipo especial de lección impartida por un profesor en ocasións especiais, cun contido que supón unha elaboración orixinal e baseada no uso case exclusivo da palabra como vía de transmisión da información á audiencia.	10
Recensión bibliográfica	A2 A13 A14 C7	Proceso de lectura crítica dun libro, dun artigo, dunha tese ou dunha comunicación a un congreso. Como tal proceso, comprende a lectura da obra, a análise do seu contido e unha crítica e valoración da mesma en relación á literatura existente sobre o tema. Unha recensión non supón un resumo da obra, nin unha mera análise do contido, pois o que lle outorga sentido e dimensión académica científica é a crítica que merece a xuízo do autor da recensión, en relación a outras obras coñecidas do mesmo ámbito ou en relación á súa propia experiencia.	25
Traballos tutelados	A2 A3 A5 A10 A13 A14 A17 B1 B2 B7 B13 C4	Metodoloxía deseñada para promover a aprendizaxe autónoma dos estudantes, baixo a tutela do profesor e en escenarios variados (académicos e profesionais). Esta referida prioritariamente á aprendizaxe de "como facer as cousas. Constitúe unha opción baseada na asunción polos estudantes da responsabilidade pola súa propia aprendizaxe. Este sistema de ensino baséase en dous elementos básicos: a aprendizaxe independente dos estudantes e o seguimento desa aprendizaxe polo profesor-titor.	50

### Observacións avaliación

### Fontes de información

#### Bibliografía básica

- Gil-Monte, P. (2014). Manual de Psicopsicología aplicada al trabajo y a la prevención de los riesgos laborales.. Madrid: Pirámide
- Duro Martín, A. (2014). Psicología de la calidad de vida laboral. Madrid: Pirámide
- Cifre Gallego, E. et al. (2015). Género, salud y trabajo. Madrid: Pirámide
- Moreno Jiménez, B. y Garrosa Hernández, E. (2013). Salud laboral, riesgos laborales psicosociales y bienestar laboral. Madrid: Pirámide
- Díaz Cabrera, D. et al. (2013). Carga mental de trabajo. Salamanca: Síntesis
- Clemente, M. (2011). Manual de Psicología Jurídica Laboral. Madrid: Delta
- Acosta Vera, José M<sup>º</sup> (2008). Gestión del estrés: Cómo entenderlo, como controlarlo y cómo sacarle provecho. Barcelona: Bresca Editorial
- Patlán Pérez, J. (2016). Calidad de vida en el trabajo. México: Manual Moderno
- Salanova, M. (2009). Psicología de la Salud Ocupacional. Madrid: Síntesis
- Moriano León, J.A., Topa Cantisano, G., García Ael, C., (2019). Psicopsicología Aplicada a la Prevención de Riesgos Laborales. Madrid: Sanz y Torres
- Boada-Grau, J., Ficapal-Cusí, P. (2012). Salud y Trabajo: Los nuevos y emergentes riesgos psicosociales. Barcelona: UOC
- Grueso Hinestroza, M. P. (2016). Organizaciones Saludables y procesos organizacionales e individuales. Comprensión y retos. Bogotá: Universidad del Rosario
- Montoya Agudelo, C. (2021). Riesgos psicosociales laborales. Bogotá: Ediciones de la U
- León Rubio, J.M., Medina Anzano, S., Barriga Jiménez, S. (2014). Psicología de la Salud y de la calidad de vida. Barcelona: UOC



Bibliografía complementaria

## Recomendacións

Materias que se recomenda ter cursado previamente

Materias que se recomenda cursar simultaneamente

Materias que continúan o temario

## Observacións

Convén a asistencia ás aulas, a realización de todas as actividades que se planifiquen nestas e a participación nos actos tanto académicos como non académicos, organizados polo docente que imparte a materia como pola propia Facultade de Ciencias da Educación (Máster Psicología Aplicada), sen prexuízo da asistencia a actos organizados por outras institucións.

(\*A Guía docente é o documento onde se visualiza a proposta académica da UDC. Este documento é público e non se pode modificar, salvo casos excepcionais baixo a revisión do órgano competente dacordo coa normativa vixente que establece o proceso de elaboración de guías