



| Guía Docente | | | | |
|-----------------------|--|--------------------|-------------------------|-----------|
| Datos Identificativos | | | | 2022/23 |
| 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 | López-Cortón Facal, Ana María | Correo electrónico | ana.lopez-corton@udc.es | |
| Profesorado | López-Cortón Facal, Ana María | Correo electrónico | ana.lopez-corton@udc.es | |
| Web | | | | |
| Descrición xeral | La salud se ha convertido en un tema de prioridad en el contexto cambiante en el que se encuentran las organizaciones. Los aspectos psicosociales derivados del trabajo influyen de manera determinante en la salud global del individuo. Por todo ello es fundamental conocer los factores pueden afectar a los/las trabajadores/as y cómo mejor su calidad de vida en el trabajo | | | |

| 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 criticamente 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. Ambientes de traballo saudables | 2. Ambientes de traballo saudables |
| 3. Influencia do liderado e do clima laboral en saúde | 3. Influencia do liderado e do clima laboral en saúde |
| 4. Diferenzas individuais no traballo e saúde. | 4. Diferenzas individuais no traballo e saúde. |
| 5. A incidencia das variables psicosociais na saúde | 5. 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 |
| Recensión bibliográfica | A2 A13 A14 C7 | 0 | 20 | 20 |
| Discusión dirixida | A5 A10 A13 B13 B16 C6 C8 | 1 | 0 | 1 |
| Estudo de casos | A1 A7 B13 B16 | 6 | 0 | 6 |
| 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. |
| 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. |



| | |
|---------------------|--|
| Estudo de casos | Metodoloxía onde o suxeito se enfrenta ante a descrición dunha situación específica que suscita un problema que ten que ser comprendido, valorado e resolto. O/a alumno/a sitúase ante un problema concreto (caso), que lle describe unha situación real da vida profesional, e debe ser capaz de analizar unha serie de feitos, referentes a un campo particular do coñecemento ou da acción, para chegar a unha decisión razoada a través dun proceso de discusión en pequenos grupos de traballo |
| 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-titor. |

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 |
|---------------------|--|--|---------------|
| Estudo de casos | A1 A7 B13 B16 | Metodoloxía onde o suxeito se enfrenta ante a descrición dunha situación específica que suscita un problema que ten que ser comprendido, valorado e resolto. O/a alumno/a sitúase ante un problema concreto (caso), que lle describe unha situación real da vida profesional, e debe ser capaz de analizar unha serie de feitos, referentes a un campo particular do coñecemento ou da acción, para chegar a unha decisión razoada a través dun proceso de discusión en pequenos grupos de traballo | 35 |
| 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 |
| 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

Convocatoria ordinaria

A nota final será a suma de todas as metodoloxías. É necesario aprobar cada unha das partes para poder superar a asignatura

Convocatoria Extraordinaria

O sistema de avaliación será o meso en todas as convocatorias. O alumnado poderá gardar a nota das metodoloxías que teña superadas e repetir aquelas que non superase, excepto a sesión maxistral que será substituída por tarefas deseñadas en función da asignatura.

Todas as tarefas deberán ser entregadas no campus virtual como fecha tope o día e hora do examen oficial de fixado en xunta de centro.

Alumnado con asistencia parcial ou dispensa académica :

O sistema de avaliación será o mesmo que nos casos anteriores. Además, deberá poñerse en contacto coa profesora ao inicio do curso para substituír a sesión maxistral por tarefas consistentes en estudo de casos ou traballos tutelados



Fontes de información

| | |
|------------------------------------|---|
| Bibliografía básica | <ul style="list-style-type: none"> - 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^º (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