



Guía docente

Datos Identificativos					2024/25
Asignatura (*)	Gestión de los riesgos psicosociales		Código	760482015	
Titulación	Mestrado Universitario en Prevención de Riscos Laborais e Riscos Comúns				
Descritores					
Ciclo	Periodo	Curso	Tipo	Créditos	
Máster Oficial	2º cuatrimestre	Primero	Optativa	3	
Idioma	Castellano				
Modalidad docente	Presencial				
Prerrequisitos					
Departamento	Psicoloxía				
Coordinador/a	Rolon Varela, Jose María	Correo electrónico	j.rolon@udc.es		
Profesorado	Rolon Varela, Jose Maria	Correo electrónico	j.rolon@udc.es		
Web					
Descripción general	<p>La asignatura "Gestión de los Riesgos Psicosociales", perteneciente al "Máster en Prevención de Riesgos Laborales y Riesgos Comunes", está orientada a proporcionar una comprensión profunda y práctica de los factores psicosociales que afectan el bienestar y la salud de los trabajadores. Se abordan los principales riesgos psicosociales presentes en el entorno laboral y se estudian las estrategias de prevención y gestión más eficaces para mitigarlos.</p> <p>? Iniciaremos con una introducción a los conceptos clave que guían la gestión de los riesgos psicosociales en el trabajo. Analizaremos las mejores prácticas y metodologías para evaluar y gestionar estos riesgos.</p> <p>? Estudiaremos las causas, consecuencias y mecanismos del estrés laboral, así como las técnicas de intervención y prevención para reducir su impacto en la salud y el rendimiento de los trabajadores.</p> <p>? Abordaremos el fenómeno del mobbing o acoso psicológico en el trabajo. Discutiremos sus características y efectos, así como las estrategias para la prevención, detección y gestión del acoso psicológico en el entorno laboral.</p> <p>? Exploraremos el síndrome de burnout o síndrome de desgaste profesional, sus síntomas y factores predisponentes. Evaluaremos los enfoques preventivos y las intervenciones organizacionales y personales para combatir el desgaste profesional.</p> <p>? Analizaremos las diferentes formas de violencia en el entorno laboral. Se estudiarán las políticas y procedimientos para prevenir y manejar situaciones de violencia en el trabajo.</p> <p>A través de un enfoque teórico-práctico y una metodología participativa, los/as estudiantes desarrollarán habilidades críticas para identificar, evaluar y gestionar los riesgos psicosociales en el trabajo. Esta asignatura es esencial para aquellos que buscan desempeñar roles de prevención de riesgos laborales, recursos humanos y gestión de la salud ocupacional, proporcionando las herramientas necesarias para promover un entorno laboral seguro y saludable.</p>				

Competencias / Resultados del título

Código	Competencias / Resultados del título
A1	Planear la acción preventiva a desarrollar, en las situaciones en las que el control o reducción de los riesgos supone la realización de diferentes actividades, que implican la intervención de distintos especialistas.
A4	Evaluar los riesgos relacionados con la carga física y psíquica en el trabajo y proponer las medidas adecuadas de prevención.
B1	Poseer y comprender conocimientos que aporten una base u oportunidad de ser originales en el desarrollo y/o aplicación de ideas, a menudo en un contexto de investigación.
B2	Que los estudiantes sepan aplicar los conocimientos adquiridos y su capacidad de resolución de problemas en entornos nuevos o poco conocidos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionados con su área de estudio.
B3	Que los estudiantes sean capaces de integrar conocimientos y enfrentarse a la complejidad de formular juicios a partir de una información que, siendo incompleta o limitada, incluya reflexiones sobre las responsabilidades sociales y éticas vinculadas a la aplicación de sus conocimientos y juicios.
B4	Que los estudiantes sepan comunicar sus conclusiones (y los conocimientos y razones últimas que las sustentan) a públicos especializados y no especializados de un modo claro y sin ambigüedades.



B5	Que los estudiantes posean las habilidades de aprendizaje que les permitan continuar estudiando de un modo que habrá de ser en gran medida autodirigido o autónomo.
C1	Expresarse correctamente, tanto de forma oral como escrita, en las lenguas oficiales de la comunidad autónoma.
C3	Utilizar las herramientas básicas de las tecnologías de la información y las comunicaciones (TIC) necesarias para el ejercicio de su profesión y para el aprendizaje a lo largo de su vida.
C4	Desarrollarse para el ejercicio de una ciudadanía abierta, culta, crítica, comprometida, democrática y solidaria, capaz de analizar la realidad, diagnosticar problemas, formular e implantar soluciones basadas en el conocimiento y orientadas al bien común.
C5	Entender la importancia de la cultura emprendedora y conocer los medios al alcance de las personas emprendedoras.
C6	Valorar críticamente el conocimiento, la tecnología y la información disponible para resolver los problemas con los que deben enfrentarse.
C7	Asumir como profesional y ciudadano la importancia del aprendizaje a lo largo de la vida.
C8	Valorar la importancia que tiene la investigación, la innovación y el desarrollo tecnológico en el avance socioeconómico y cultural de la sociedad.

Resultados de aprendizaje			
Resultados de aprendizaje	Competencias / Resultados del título		
Planear la acción preventiva a desarrollar, en las situaciones en las que el control o reducción de los riesgos supone la realización de diferentes actividades, que implican la intervención de distintos especialistas.	AP1		
Evaluar los riesgos relacionados con la carga física y psíquica en el trabajo y proponer las medidas adecuadas de prevención.	AP4		
Poseer y comprender conocimientos que aporten una base u oportunidad de ser originales en el desarrollo y/o aplicación de ideas, a menudo en un contexto de investigación.		BP1	
Que los estudiantes sepan aplicar los conocimientos adquiridos y su capacidad de resolución de problemas en entornos nuevos o poco conocidos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionados con su área de estudio.		BP2	
Que los estudiantes sean capaces de integrar conocimientos y enfrentarse a la complejidad de formular juicios a partir de una información que, siendo incompleta o limitada, incluya reflexiones sobre las responsabilidades sociales y éticas vinculadas a la aplicación de sus conocimientos y juicios.		BP3	
Que los estudiantes sepan comunicar sus conclusiones (y los conocimientos y razones últimas que las sustentan) a públicos especializados y no especializados de un modo claro y sin ambigüedades.		BP4	
Que los estudiantes posean las habilidades de aprendizaje que les permitan continuar estudiando de un modo que habrá de ser en gran medida autodirigido o autónomo.		BP5	
Expresarse correctamente, tanto de forma oral como escrita, en las lenguas oficiales de la comunidad autónoma.			CM1
Utilizar las herramientas básicas de las tecnologías de la información y las comunicaciones (TIC) necesarias para el ejercicio de su profesión y para el aprendizaje a lo largo de su vida.			CM3
Desarrollarse para el ejercicio de una ciudadanía abierta, culta, crítica, comprometida, democrática y solidaria, capaz de analizar la realidad, diagnosticar problemas, formular e implantar soluciones basadas en el conocimiento y orientadas al bien común.			CM4
Entender la importancia de la cultura emprendedora y conocer los medios al alcance de las personas emprendedoras.			CM5
Valorar críticamente el conocimiento, la tecnología y la información disponible para resolver los problemas con los que deben enfrentarse.			CM6
Asumir como profesional y ciudadano la importancia del aprendizaje a lo largo de la vida.			CM7
Valorar la importancia que tiene la investigación, la innovación y el desarrollo tecnológico en el avance socioeconómico y cultural de la sociedad.			CM8

Contenidos	
Tema	Subtema
1.DIRECTRICES BÁSICAS PARA LA GESTIÓN DE LOS RIESGOS PSICOSOCIALES.	<ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué son los factores de riesgo psicosocial? 2. ¿Qué consecuencias tiene la exposición a factores de riesgo psicosocial? 3. Proceso de gestión psicosocial. 4. Factores de éxito en la gestión de los riesgos psicosociales.



2. EL ESTRÉS LABORAL.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Concepto de estrés. 2. Concepto de estrés laboral. 3. Modelos de estrés laboral. 4. Evaluación del estrés laboral. 5. Estrés laboral y características individuales. 6. Causas del estrés laboral. 7. Consecuencias del estrés laboral. 8. Prevención e intervención en estrés laboral. 9. El tecnoestrés.
3. EL MOBBING O ACOSO PSICOLÓGICO EN EL TRABAJO.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Concepto de mobbing o acoso psicológico en el trabajo. 2. Estrategias de acoso: las conductas para someter a las víctimas. 3. Variables antecedentes. 4. Tipos de mobbing. 5. Fases del mobbing. 6. Evaluación del mobbing. 7. Consecuencias del mobbing. 8. Prevención e intervención del mobbing.
4. EL BURNOUT O SÍNDROME DE DESGASTE PROFESIONAL.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Concepto de burnout o síndrome de desgaste profesional. 2. Fases del proceso de burnout. 3. Variables desencadenantes o antecedentes del burnout. 4. Evaluación y diagnóstico del burnout. 5. Medición del burnout. 6. Consecuencias del burnout. 7. Prevención del burnout. 8. Estrategias de intervención ante el burnout.
5. LA VIOLENCIA EN EL TRABAJO.	<ol style="list-style-type: none"> 1. La violencia física en el trabajo. 2. La violencia sexual en el trabajo.

Planificación				
Metodologías / pruebas	Competencias / Resultados	Horas lectivas (presenciales y virtuales)	Horas trabajo autónomo	Horas totales
Aprendizaje colaborativo	A1 B1 B5 C4 C7	3	6	9
Eventos científicos y/o divulgativos	A4 B1 B2 C3 C6 C8	1.5	3	4.5
Estudio de casos	A1 A4 B2 B5	3	1.5	4.5
Discusión dirigida	A1 B2	1.5	3	4.5
Presentación oral	B1 B3 B4 C1	6	1.5	7.5
Sesión magistral	A4	9	0	9
Trabajos tutelados	A1 C3	3	9	12
Prueba mixta	B1 B4 C6	1	10	11
Presentación oral	C1	2	3	5
Análisis de fuentes documentales	A1 C5 C8	1.5	4.5	6
Atención personalizada		2	0	2

(*) Los datos que aparecen en la tabla de planificación són de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de los alumnos

Metodologías	
Metodologías	Descripción



Aprendizaje colaborativo	Conjunto de procedimientos de enseñanza-aprendizaje guiados de forma presencial y/o apoyados con tecnologías de la información y las comunicaciones, que se basan en la organización de la clase en pequeños grupos en los que el alumnado trabaja conjuntamente en la resolución de tareas asignadas por el profesorado para optimizar su propio aprendizaje y el de los otros miembros del grupo.
Eventos científicos y/o divulgativos	Actividades realizadas por el alumnado que implican la asistencia y/o participación en eventos científicos y/o divulgativos (congresos, jornadas, simposios, cursos, seminarios, conferencias, exposiciones, etc.) con el objetivo de profundizar en el conocimiento de temas de estudio relacionados con la materia. Estas actividades proporcionan al alumnado conocimientos y experiencias actuales que incorporan las últimas novedades referentes a un determinado ámbito de estudio.
Estudio de casos	Metodología donde el sujeto se enfrenta ante la descripción de una situación específica que plantea un problema que ha de ser comprendido, valorado y resuelto por un grupo de personas, a través de un proceso de discusión. El alumno se sitúa ante un problema concreto (caso), que le describe una situación real de la vida profesional, y debe ser capaz de analizar una serie de hechos, referentes a un campo particular del conocimiento o de la acción, para llegar a una decisión razonada a través de un proceso de discusión en pequeños grupos de trabajo.
Discusión dirigida	Técnica de dinámica de grupos en la que los miembros de un grupo discuten de forma libre, informal y espontánea sobre un tema, aunque pueden estar coordinados por un moderador.
Presentación oral	Intervención inherente a los procesos de enseñanza-aprendizaje basada en la exposición verbal a través de la que el alumnado y profesorado interactúan de un modo ordenado, planteando cuestiones, haciendo aclaraciones y exponiendo temas, trabajos, conceptos, hechos o principios de forma dinámica.
Sesión magistral	Exposición oral complementada con el uso de medios audiovisuales y la introducción de algunas preguntas dirigidas a los estudiantes, con la finalidad de transmitir conocimientos y facilitar el aprendizaje.
Trabajos tutelados	Metodología diseñada para promover el aprendizaje autónomo de los estudiantes, bajo la tutela del profesor. Está referida prioritariamente al aprendizaje del "cómo hacer las cosas?". Constituye una opción basada en la asunción por los estudiantes de la responsabilidad por su propio aprendizaje. Este sistema de enseñanza se basa en dos elementos básicos: el aprendizaje independiente de los estudiantes y el seguimiento de ese aprendizaje por el profesor.
Prueba mixta	Prueba que integra preguntas tipo de pruebas de ensayo y preguntas tipo de pruebas objetivas. En cuanto a preguntas de ensayo, recoge preguntas abiertas de desarrollo. Además, en cuanto a preguntas objetivas, puede combinar preguntas de respuesta múltiple, de ordenación, de respuesta breve, de discriminación, de completar y/o de asociación.
Presentación oral	Intervención inherente a los procesos de enseñanza-aprendizaje basada en la exposición verbal a través de la que el alumnado y profesorado interactúan de un modo ordenado, planteando cuestiones, haciendo aclaraciones y exponiendo temas, trabajos, conceptos, hechos o principios de forma dinámica.
Análisis de fuentes documentales	Técnica metodológica que supone la utilización de documentos audiovisuales y/o bibliográficos (fragmentos de reportajes documentales o películas, noticias de actualidad, paneles gráficos, fotografías, biografías, artículos, textos legislativos, etc.) relevantes para la temática de la materia con actividades específicamente diseñadas para el análisis de los mismos. Se puede emplear como introducción general a un tema, como instrumento de aplicación del estudio de casos, para la explicación de procesos que no se pueden observar directamente, para la presentación de situaciones complejas o como síntesis de contenidos de carácter teórico o práctico.

Atención personalizada

Metodologías	Descripción
--------------	-------------



<p>Análisis de fuentes documentales</p> <p>Aprendizaje colaborativo</p> <p>Eventos científicos y/o divulgativos</p> <p>Estudio de casos</p> <p>Discusión dirigida</p> <p>Presentación oral</p> <p>Trabajos tutelados</p>	<p>Los/as alumnos/as contarán con la asistencia individualizada del profesor para llevar a cabo las actividades descritas en las metodologías que lo precisen. Esta asistencia incluirá la orientación sobre cuestiones teóricas y técnicas, y fuentes de información pertinentes.</p> <p>La atención personalizada se prestará en el aula en las horas de clase y en el despacho del profesor en el horario de tutorías.</p>
--	---

Evaluación			
Metodologías	Competencias / Resultados	Descripción	Calificación
Prueba mixta	B1 B4 C6	<p>La prueba mixta constará de tres partes:</p> <p>1ª) Ensayo. Se busca responder por escrito a una pregunta de cierta amplitud valorando que se proporcione la respuesta esperada, combinada con la capacidad de razonamiento (argumentar, relacionar, etc.), creatividad y espíritu crítico. Permite medir las habilidades que no pueden evaluarse con pruebas objetivas como la capacidad de crítica, de síntesis, de comparación, de redacción y de originalidad de los/as estudiantes; por lo que implica un estudio amplio y profundo de los contenidos, sin perder de vista el conjunto de las ideas y sus relaciones.</p> <p>2ª) Respuesta breve. Se presentan cuatro enunciados en forma de preguntas para responder de manera breve y sintética.</p> <p>3ª) Respuesta múltiple. Se formulan diez cuestiones en forma de preguntas directas y cuatro opciones de respuesta por cada cuestión, de las que sólo una de ellas es correcta.</p> <p>Cada una de las tres partes se calificará con una puntuación máxima de 10. La calificación final de la prueba mixta será la suma de las puntuaciones de cada una de las tres partes, dividida por 3.</p>	60
Sesión magistral	A4	<p>Exposición oral complementada con el uso de medios audiovisuales y la introducción de algunas preguntas dirigidas a los estudiantes, con la finalidad de transmitir conocimientos y facilitar el aprendizaje.</p> <p>La asistencia a clase se computará porcentualmente.</p>	20
Trabajos tutelados	A1 C3	<p>Metodología diseñada para promover el aprendizaje autónomo de los estudiantes, bajo la tutela del profesor y en escenarios variados (académicos y profesionales). Está referida prioritariamente al aprendizaje del 'cómo hacer las cosas'. Constituye una opción basada en la asunción por los estudiantes de la responsabilidad por su propio aprendizaje. Este sistema de enseñanza se basa en dos elementos básicos: el aprendizaje independiente del estudiantado y el seguimiento de ese aprendizaje lo pones profesor-tutor.</p> <p>Los/as alumnos/as realizarán individualmente o en grupo diversos trabajos propuestos por el profesor a lo largo del curso. Estos trabajos tutelados serán entregados al profesor en las fechas indicadas por éste y, posteriormente, se llevará a cabo una puesta en común en el aula.</p>	20

Observaciones evaluación



Será necesario obtener una puntuación mínima de 4,0 (sobre 10) en la prueba mixta para superar la materia. En caso de que la puntuación de la prueba mixta sea inferior a 4,0 sobre 10, la puntuación final máxima en la asignatura será de 4,0.

La calificación de "No presentado" se otorgará a los/as alumnos/as que no se presenten a la prueba mixta.

Las calificaciones de las diferentes metodologías de evaluación de la primera oportunidad de la convocatoria (a excepción de la prueba mixta) se mantendrán para la segunda oportunidad, en la que se deberán cumplir los mismos requisitos que se establecen para la primera oportunidad.

El único criterio (100% de la nota) para el alumnado con reconocimiento de dedicación a tiempo parcial y dispensa académica de exención de asistencia, será la prueba mixta.

La realización fraudulenta de la prueba o actividades de evaluación se considera falta grave (Reglamento disciplinar del estudiantado de la UDC, art. 10, apdo. 3 f). Implicará la calificación de suspenso en la convocatoria en que se cometa la falta: el/la estudiante será calificado/a con "suspenso" (nota numérica 0) en la convocatoria correspondiente del curso académico, tanto si la comisión de la falta se produce en la primera oportunidad como en la segunda. Para esto, se procederá a modificar su calificación en el acte de la primera oportunidad, si fuera necesario (Reglamento disciplinar del estudiantado de la UDC, art. 11, apdo. 4 b).

Fuentes de información



Básica

- Ázcuenaga Lizarraga, L. M^a (2020). Manual práctico para la prevención de riesgos emergentes. Madrid: Fundación Confemetal
- Fernández Avilés, J.A. (2021). Prevención de riesgos psicosociales de las personas trabajadoras inmigrantes. Bomarzo
- García-Izquierdo, A.L. (Ed.) (2017). Ergonomía y psicopsicología aplicada a la prevención de riesgos laborales. Oviedo: Ediciones de la Universidad de Oviedo
- González Cobaleda, E. (2022). Evaluación de los riesgos psicosociales en el mundo laboral actual, digital, ecológico e inclusivo. Desafíos jurídicos y de operatividad práctica. Comares
- INSL (Instituto Navarro de Salud Laboral) (2005). Procedimiento general de evaluación de riesgos psicosociales. Pamplona: INSL
- INSL (Instituto Navarro de Salud Laboral) (2009). Principios comunes de la intervención psicosocial en P.R.L.. Pamplona: INSL
- INSST (2015). Algunas orientaciones para evaluar los factores de riesgo psicosocial. Madrid: INSST
- INSST (2015). Buenas prácticas en gestión del estrés y de los riesgos psicosociales en el trabajo. Madrid: INSST
- INSST (2018). El efecto sobre la salud de los riesgos psicosociales en el trabajo. Una visión general. Madrid: INSST
- INSST (2020). Método para la evaluación y gestión de factores psicosociales en pequeñas empresas. Madrid: INSST
- INSST (2022). Directrices básicas para la gestión de los riesgos psicosociales. Madrid: INSST
- ITSS (Inspección de Trabajo y Seguridad Social) (2012). Guía de actuaciones de la inspección de trabajo y seguridad social sobre riesgos psicosociales. Madrid: Ministerio de Empleo y Seguridad Social
- Kalimo, R., El-Batawi, M.A. y Cooper, C.L. (Comp.) (1988). Los factores psicosociales en el trabajo. Ginebra: OMS
- Llana Álvarez, F.J. (2009). Ergonomía y Psicopsicología aplicada. Valladolid: Lex Nova
- Llana Álvarez, F.J. (2016). Psicología aplicada a la prevención de riesgos laborales. Casos prácticos. Pamplona: Lex Nova
- Mansilla Izquierdo, F. (2012). Manual de riesgos psicosociales en el trabajo: teoría y práctica. Madrid: Editorial Académica Española
- Morán Astorga, M^a C. (2019). Estrés, burnout y mobbing. Madrid: EOLAS
- Moreno Jimenez, B. y Báez León, C. (2010). Factores y riesgos psicosociales, formas, consecuencias, medidas y buenas prácticas. Madrid: INSST
- Moreno Jiménez, B. y Garrosa Hernández, E. (2013). Salud laboral. Riesgos laborales psicosociales y bienestar laboral. Madrid: Pirámide
- Moriano León, J.A. (2020). Psicopsicología aplicada a la prevención de riesgos laborales. Sanz y Torres
- Neffa, J.C. (2015). Los riesgos psicosociales en el trabajo. Contribución a su estudio. CEIL CONICET
- Nogareda, C. (2006). Perspectivas de intervención en riesgos psicosociales. Evaluación de riesgos. Barcelona: Foment del treball
- Nogareda, C. (2007). Perspectivas de intervención en riesgos psicosociales. Medidas preventivas. Barcelona: Foment del treball
- O.I.T. (1984). Factores psicosociales en el trabajo: naturaleza, incidencia y prevención. Ginebra: OIT
- OSALAN (Instituto Vasco de Seguridad y Salud Laborales) (2014). Guía de prevención de riesgos psicosociales. Barakaldo: OSALAN
- OSALAN (Instituto Vasco de Seguridad y Salud Laborales) (2014). Guía de recomendaciones para la vigilancia específica de la salud de trabajadores expuestos a factores de riesgo psicosocial. Barakaldo: OSALAN
- Peiró, J. M^a (2015). Estrés laboral y riesgos psicosociales: investigaciones recientes para su análisis y prevención. Valencia: Universidad de Valencia
- Ramos Quintana, M^a I. (2017). Riesgos psicosociales y organización de la empresa. Thomson Reuters ARANZADI
- Sánchez Pérez, J. (2016). Los riesgos psicosociales en el ámbito laboral. Una visión global y práctica. Comares
- Sánchez Trigueros, C. (2009). Los riesgos psicosociales: teoría y práctica. Navarra: Thomson Reuters
- Vega Martínez, S. (Coord.) (2009). Experiencias en intervención psicosocial. Más allá de la evaluación del riesgo. Madrid: INSST



Complementaría	
----------------	--

Recomendaciones

Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente

Asignaturas que se recomienda cursar simultáneamente

Asignaturas que continúan el temario

Otros comentarios

(*) La Guía Docente es el documento donde se visualiza la propuesta académica de la UDC. Este documento es público y no se puede modificar, salvo cosas excepcionales bajo la revisión del órgano competente de acuerdo a la normativa vigente que establece el proceso de elaboración de guías