

EL ESTRÉS EN LA ENFERMEDAD CRÓNICA

MÓDULO	MATERIA	ASIGNATURA	CURSO	SEMESTRE	CRÉDITOS	CARÁCTER
III		El estrés en la enfermedad crónica			3	Optativa
PROFESOR(ES)			DIRECCIÓN COMPLETA DE CONTACTO PARA TUTORÍAS (Dirección postal, teléfono, correo electrónico, etc.)			
María Isabel Peralta Ramírez			Facultad de Psicología Campus de Cartuja s/n Granada			
			Facultad de Ciencias de la Salud Avenida de la Ilustración 60, 18016, Granada (PTS) mperalta@ugr.es Despacho 8.13			
			HORARIO DE TUTORÍAS			
			Lunes y Miércoles 11.00 a 14.00h			
MÁSTER EN EL QUE SE IMPARTE			OTROS MÁSTERES A LOS QUE SE PODRÍA OFERTAR			
Máster Universitario en Cuidados de salud para la promoción de la autonomía de las personas y la atención al final de la vida						
PRERREQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES (si procede)						
Son necesarios conocimientos básicos relacionados directamente con la asignatura, adquiridos durante la formación de Grado y/o Máster que permitan al alumno una mejor comprensión de los contenidos de esta asignatura.						
BREVE DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS (SEGÚN MEMORIA DE VERIFICACIÓN DEL MÁSTER)						
Consecuencias e implicaciones emocionales en los trastornos crónicos y degenerativos. Diferencias de género. Cáncer y psicooncología. Trastornos autoinmunes. Dolor crónico. Trastornos cardiovasculares. Trastornos dermatológicos. Trastornos respiratorios. Implicaciones del estrés y otras variables emocionales en estos trastornos. Intervención psicológica y rehabilitación. Eficacia de los programas de intervención psicológica. Evaluación previa a la intervención.						
COMPETENCIAS GENERALES Y ESPECÍFICAS DEL MÓDULO						
<i>Competencias Básicas y Generales:</i> CB6 - 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 CB7 - 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.

CB8 - 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

Competencias específicas:

CE2 - Gestionar la atención centrada en las personas, con una visión global e integradora de los procesos y las intervenciones específicas de los diferentes profesionales implicados.

CE4 - Poseer habilidades para detectar y manejar procesos emocionales básicos y complejos, problemas psicosociales y situaciones de riesgo emocional, familiar y de los propios profesionales, así como identificar la necesidad de intervención especializada y realizar una derivación adecuada a otros profesionales.

CE5 - Poseer habilidades para una comunicación efectiva, utilizar adecuadamente las habilidades de consejo y desarrollar estrategias de afrontamiento para el autocontrol y eficacia en situaciones de marcado impacto emocional.

CE12 - Identificar las variables emocionales relacionadas con los principales trastornos crónicos, las repercusiones físicas y psicológicas en la evolución de la enfermedad así como establecer un plan de intervención específico.

CE14 - Poseer los conocimientos y las habilidades para promover la prevención, el tratamiento y la rehabilitación de personas con trastornos psicológicos altamente incapacitantes en el ámbito de la atención en Salud Mental.

Resultado del aprendizaje

El alumno sabrá/comprenderá:

1. El concepto de estrés así como las principales variables moduladoras de estrés
2. La interrelación existente entre los tres sistemas del cuerpo: nervioso, endocrino e inmune
3. Las repercusiones del estrés en la enfermedad
4. Las consecuencias psicológicas de tener una enfermedad
5. Conocer las principales enfermedades muy relacionadas con el estrés
6. El concepto de burnout, sus modelos
7. El desarrollo de un programa para el control del estrés que está siendo eficaz.

El alumno será capaz de:

1. Distinguir entre estrés, ansiedad y depresión
2. Saber interpretar las puntuaciones de los principales test de evaluación del estrés
3. Poder saber las consecuencias que tiene en nuestro organismo enfrentarse a periodos de alto estrés
4. Ser sensibles a los factores psicológicos que pueden estar implicados en las principales enfermedades.

TEMARIO DETALLADO DE LA ASIGNATURA

Tema 1: ¿Qué es el estrés?

- 1.1. Definición de estrés
- 1.2. Tipos de estresores
- 1.3. Evaluación del estrés
- 1.4. Teorías del estrés
- 1.5. Variables moduladoras del estrés: afrontamiento, toma de decisiones, autoeficacia, apoyo social y variables personales

Tema 2. Respuesta al estrés y sus consecuencias físicas y psicológicas

- 2.1. Ejes de respuesta al estrés: Eje adeno-medular y Eje hipotalámico-hipofisario
- 2.2. Consecuencias físicas
- 2.3. Psicológicas del estrés



Tema 3. Estrés e Inmunidad

- 3.1. Nociones básicas sobre el sistema inmunitario
- 3.2. Efecto del estrés en el sistema Inmune: Psiconeuroinmunología
- 3.3. Estrés y Autoinmunidad
- 3.4. Estrés y neoplasia

Tema 4. Burnout

- 4.1. ¿Qué es el Burn out?
- 4.2. Dimensiones del Burn out
- 4.3. Síntomas o manifestaciones

Tema 5 Terapia de afrontamiento al estrés

- 5.1. Introducción a la psicología cognitiva
- 5.2 Desarrollo de un Programa para el control del estrés

BIBLIOGRAFÍA

- Sapolsky, R. (2008). ¿Por que las cebras no tienen úlceras?. Madrid: Alianza Editorial
- Robles Ortega, H y Peralta Ramirez, MI. (2012). Programa para el control del estrés. Madrid: Pirámide.
- McEwen, B., Gray, J. D., & Nasca, C. (2015). Redefining neuroendocrinology: stress, sex and cognitive and emotional regulation. *Journal of Endocrinology*, JOE-15.
- De Rivera, L. (2010). Los síndromes del estrés. Madrid: Síntesis.
- Sapolsky, R. M. (2007). *El mono enamorado y otros ensayos sobre nuestra vida animal*. Barcelona: Paidós.
- Slavich, G. M. (2016). Life stress and health: a review of conceptual issues and recent findings. *Teaching of Psychology*, 43(4), 346-355.

ENLACES RECOMENDADOS

<http://www.fundacionsalud.org.ar/pnei.php>
<http://enfermedadesautoinmunes.org/psiconeuroendocrinoimmunologia/>
<http://informahealthcare.com/loi/sts>
www.gestastres.es

METODOLOGÍA DOCENTE

Lección magistral/expositiva
Resolución de problemas y estudio de casos prácticos
Ejercicios de simulación
Análisis de fuentes y documentos
Realización de trabajos individuales

ACTIVIDADES PRESENCIALES:

Clases teóricas: 10 h
Clases prácticas: 9 h
Actividades tutoriales: 2h
TRABAJO AUTÓNOMO DEL ESTUDIANTE: 54h

EVALUACIÓN (INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN, CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y PORCENTAJE SOBRE LA CALIFICACIÓN FINAL, ETC.)

Todo lo relativo a la evaluación se regirá en base a la normativa de evaluación y calificación de los



estudiantes de la Universidad de Granada, aprobada el 20 de mayo de 2013 por el Consejo de Gobierno de la Universidad de Granada y modificada por los Acuerdos del Consejo de Gobierno en sesión de 26 de octubre de 2016, BOUGR núm. 112, de 9 de noviembre de 2016. El sistema de calificación empleado será el establecido en el artículo 5 del Real Decreto 1125/2003, de 5 de septiembre, por el que se establece el sistema europeo de créditos y el sistema de calificaciones en las titulaciones universitarias de carácter oficial y validez en todo el territorio nacional.

EVALUACIÓN CONTINUA:

La calificación global de la materia responderá a la puntuación ponderada de las actividades que integran el sistema de evaluación:

- Asistencia a clases teóricas y participación: Hasta el 60%
- Exposición de revisión sobre un tema: Hasta el 40%

EVALUACIÓN ÚNICA FINAL

Para acogerse a la evaluación única final, el estudiante, en las dos primeras semanas de impartición de la asignatura, lo solicitará a la Coordinadora del Máster, quien dará traslado al profesorado correspondiente, alegando y acreditando las razones que le asisten para no poder seguir el sistema de evaluación continua.

La evaluación única final consistirá en:

- Elaboración de un trabajo sobre estrés (50%): Criterios de evaluación: o Nivel de adecuación, riqueza y rigor en el trabajo individual. o Capacidad de relación, reflexión y crítica.
- Examen de preguntas cortas en relación a la materia impartida (50%).

INFORMACIÓN ADICIONAL

