Guía docente de la asignatura

# El Estrés en la Enfermedad Crónica (M61/56/1/12)

Fecha de aprobación por la Comisión Académica: **24/06/2025**

| | |
|---|---|
| **Máster** | Máster Universitario en Cuidados de Salud para la Promoción de la Autonomía de las Personas y la Atención a los Procesos del Fin de Vida |
| **MÓDULO** | Módulo III: Materías Específicas. Ámbito Psicológico/Mental |
| **RAMA** | Ciencias de la Salud |
| **CENTRO RESPONSABLE DEL TÍTULO** | Escuela Internacional de Posgrado |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Semestre** | Primero | **Créditos** | 3 | **Tipo** | Optativa | **Tipo de enseñanza** | Presencial |

## PRERREQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES

PRERREQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES (si procede)

Ninguno/Esta asignatura es especialmente recomendable para personas que hayan cursado el grado el Fisioterapia, Enfermería, Terapia Ocupacional, Trabajo Social y Psicología.

En el caso de utilizar herramientas de IA para el desarrollo de la asignatura, el estudiante debe adoptar un uso ético y responsable de las mismas. Se deben seguir las recomendaciones contenidas en el documento de "Recomendaciones para el uso de la inteligencia artificial en la UGR" publicado en esta ubicación: https://ceprud.ugr.es/formacion-tic/inteligencia-artificial/recomendacionesia#contenidoo

## 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



Firma (1): Universidad de Granada
CIF: Q1818002F

Firmado electrónicamente según arts. 15, 17 y 41.1 del Reglamento de Adm. Electrónica de la Universidad de Granada (BOJA nº 85 de 6 de mayo de 2021)
Este documento firmado digitalmente puede verificarse en https://sede.ugr.es/verifirma/
Código seguro de verificación (CSV): 04C026A364FC9021243ED6C0DB1D27A3
06/05/2026 - 10:39
Pág. 1 de 8

intervención psicológica. Evaluación previa a la intervención.

## COMPETENCIAS

### COMPETENCIAS BÁSICAS

- CB6 - Poseer y comprender conocimientos que aporten una base u oportunidad de ser originales en 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.
- CB9 - 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.
- CB10 - 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.

### COMPETENCIAS GENERALES

- CG01 - Gestionar y transformar contextos de trabajo o estudio complejos, imprevisibles y que requieren nuevos planteamientos estratégicos.
- CG02 - Asumir responsabilidades en lo que respecta al desarrollo de conocimientos y/o prácticas profesionales y a la revisión del rendimiento estratégico de equipos.

### COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

- CE04 - 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.
- 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.
- CE17 - Aplicar los conocimientos y poseer las habilidades para abordar problemas de forma científica, formulando hipótesis y objetivos pertinentes para su resolución, y extraer conclusiones fundadas que sean de aplicación en el ámbito de la discapacidad, la dependencia y el fin de vida.

### COMPETENCIAS TRANSVERSALES

- CT01 - Mostrar interés por la calidad y la excelencia en la realización de diferentes tareas.
- CT02 - Comprender y defender la importancia que la diversidad de culturas y costumbres tienen en la investigación o práctica profesional

Firma (1): Universidad de Granada
CIF: Q1818002F



Firmado electrónicamente según arts. 15, 17 y 41.1 del Reglamento de Adm. Electrónica de la Universidad de Granada (BOJA nº 85 de 6 de mayo de 2021)
Este documento firmado digitalmente puede verificarse en https://sede.ugr.es/verifirma/
Código seguro de verificación (CSV): 04C026A364FC9021243ED6C0DB1D27A3
06/05/2026 - 10:39
Pág. 2 de 8

- CT03 - Tener un compromiso ético y social en la aplicación de los conocimientos adquiridos.
- CT04 - Ser capaz de trabajar en equipos interdisciplinarios para alcanzar objetivos comunes desde campos expertos diferenciados.
- CT05 - Incorporar los principios del Diseño Universal en el desempeño de su profesión

## COMPETENCIAS

### COMPETENCIAS BÁSICAS

- CB6 - Poseer y comprender conocimientos que aporten una base u oportunidad de ser originales en 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.
- CB9 - 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.
- CB10 - 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.

### COMPETENCIAS GENERALES

- CG01 - Gestionar y transformar contextos de trabajo o estudio complejos, imprevisibles y que requieren nuevos planteamientos estratégicos.
- CG02 - Asumir responsabilidades en lo que respecta al desarrollo de conocimientos y/o prácticas profesionales y a la revisión del rendimiento estratégico de equipos.

### COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

- CE04 - 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.
- 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.
- CE17 - Aplicar los conocimientos y poseer las habilidades para abordar problemas de forma científica, formulando hipótesis y objetivos pertinentes para su resolución, y extraer conclusiones fundadas que sean de aplicación en el ámbito de la discapacidad, la dependencia y el fin de vida.

### COMPETENCIAS TRANSVERSALES

Firma (1): Universidad de Granada
CIF: Q1818002F



Firmado electrónicamente según arts. 15, 17 y 41.1 del Reglamento de Adm. Electrónica de la Universidad de Granada (BOJA nº 85 de 6 de mayo de 2021)
Este documento firmado digitalmente puede verificarse en https://sede.ugr.es/verifirma/
Código seguro de verificación (CSV): 04C026A364FC9021243ED6C0DB1D27A3
06/05/2026 - 10:39
Pág. 3 de 8

- CT01 - Mostrar interés por la calidad y la excelencia en la realización de diferentes tareas.
- CT02 - Comprender y defender la importancia que la diversidad de culturas y costumbres tienen en la investigación o práctica profesional
- CT03 - Tener un compromiso ético y social en la aplicación de los conocimientos adquiridos.
- CT04 - Ser capaz de trabajar en equipos interdisciplinarios para alcanzar objetivos comunes desde campos expertos diferenciados.
- CT05 - Incorporar los principios del Diseño Universal en el desempeño de su profesión

## RESULTADOS DE APRENDIZAJE (Objetivos)

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.

## PROGRAMA DE CONTENIDOS TEÓRICOS Y PRÁCTICOS

### TEÓRICO

**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



Firma (1): Universidad de Granada
CIF: Q1818002F

Firmado electrónicamente según arts. 15, 17 y 41.1 del Reglamento de Adm. Electrónica de la Universidad de Granada (BOJA nº 85 de 6 de mayo de 2021)
Este documento firmado digitalmente puede verificarse en https://sede.ugr.es/verifirma/ 06/05/2026 - 10:39
Código seguro de verificación (CSV): 04C026A364FC9021243ED6C0DB1D27A3 Pág. 4 de 8

1.6. Conceptos asociados al estrés: Resiliencia, Burn out, mobbing y estrés agudo.

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

2.1. Ejes de respuesta al estrés: Eje adenomedular y Eje hipotalámico-hipofisiario

2.2. Cerebro y estrés: Mecanimos y consecuencias.

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. Estrés y embarazo: Investigando esta relación**

4.1. Como afecta el estrés al embarazo

4.2. El estrés en el embarazo y sus consecuencias en el proceso de parto

4.3. Estrés en el embarazo y sus consecuencias en el neurodesarrollo del bebe.

**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

### PRÁCTICO

Esta asignatura no tiene prácticas.

## BIBLIOGRAFÍA

### BIBLIOGRAFÍA FUNDAMENTAL


- Peralta Ramirez, M.I. (2019). Un villano llamado estrés. Madrid: Pirámide.
- Sapolsky, R. (2008). ¿Por qué las cebras no tienen úlcera?. Madrid: Alianza Editorial
- Robles Ortega, H y Peralta Ramirez, MI. (2012). Programa para el control del estrés. Madrid: Pirámide




Firma (1): Universidad de Granada
CIF: Q1818002F

Firmado electrónicamente según arts. 15, 17 y 41.1 del Reglamento de Adm. Electrónica de la Universidad de Granada (BOJA nº 85 de 6 de mayo de 2021)
Este documento firmado digitalmente puede verificarse en https://sede.ugr.es/verifirma/ 06/05/2026 - 10:39
Código seguro de verificación (CSV): 04C026A364FC9021243ED6C0DB1D27A3 Pág. 5 de 8

## BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA


- Burke, H. M., Davis, M. C., Otte, C., & Mohr, D. C. (2005). Depression and cortisol responses to psychological stress: a meta-analysis. Psychoneuroendocrinology, 30, 846-856.
- Deacon, B. J. (2013). The biomedical model of mental disorder: A critical analysis of its validity, utility, and effects on psychotherapy research. Clinical psychology review, 33, 846-861.
- Eckerling, A., Ricon-Becker, I., Sorski, L., Sandbank, E., Ben-Eliyahu, S. (2021). Stress and cancer: mechanisms, significance and future directions. Nat Rev Cancer. doi: 10.1038/s41568-021-00395-5.
- Fodor, L. A., Georgescu, R., Cuijpers, P., Szamoskozi, Ş., David, D., Furukawa, T. A., & Cristea, I. A. (2020). Efficacy of cognitive bias modification interventions in anxiety and depressive disorders: a systematic review and network meta-analysis. The Lancet Psychiatry, 7(6), 506-514.
- Gatchel, R. J., McGeary, D. D., McGeary, C. A., & Lippe, B. (2014). Interdisciplinary chronic pain management: Past, present, and future. American Psychologist, 69, 119.
- Hauser, G., Pletikosic, S. & Tkalcic, M. (2014). Cognitive behavioral approach to understanding irritable bowel syndrome. World journal of gastroenterology: WJG, 20, 6744.
- Krugers, H. J., & Joëls, M. (2014). Long-lasting Consequences of Early Life Stress on Brain Structure. Emotion and Cognition, 1-12.
- Morgan, N., Irwin, M. R., Chung, M., & Wang, C. (2014). The Effects of Mind-Body Therapies on the Immune System: Meta-Analysis. PloS one, 9, e100903.
- Navarrete-Navarrete, N., Peralta-Ramírez, M. I., Sabio-Sánchez, J. M., Coín, M. A., Robles-Ortega, H., Hidalgo-Tenorio, C. & Jiménez-Alonso, J. (2010). Efficacy of cognitive behavioural therapy for the treatment of chronic stress in patients with lupus erythematosus: a randomized controlled trial. Psychotherapy and psychosomatics, 79, 107-115.
- Peralta-Ramírez, M. I., Jiménez-Alonso, J., Godoy-García, J. F., & Pérez-García, M. (2004). The effects of daily stress and stressful life events on the clinical symptomatology of patients with lupus erythematosus. Psychosomatic medicine, 66, 788-794.
- Peralta-Ramírez, M. I., Robles-Ortega, H., Navarrete-Navarrete, N., & Jiménez-Alonso, J. (2009). Aplicación de la terapia de afrontamiento del estrés en dos poblaciones con alto estrés: pacientes crónicos y personas sanas. Salud mental, 32, 251-258.
- Sapolsky, R. M. (2007). El mono enamorado y otros ensayos sobre nuestra vida animal. Paidos Iberica.
- Thoma, N., Pilecki, B., & McKay, D. (2015). Contemporary cognitive behavior therapy: A review of theory, history, and evidence. Psychodynamic psychiatry, 43(3), 423-461


## ENLACES RECOMENDADOS

Enlaces útiles:

1. El estrés: Arma letal: https://www.youtube.com/watch?v=helOSKofh0Q

2. Conoce la psiconeuroinmunología por sus pioneros. En estos dos vídeos se los padres de las psiconeuroinmunología nos cuentan sus primeros estududios de conexión del sistema



Firma (1): Universidad de Granada
CIF: Q1818002F

Firmado electrónicamente según arts. 15, 17 y 41.1 del Reglamento de Adm. Electrónica de la Universidad de Granada (BOJA nº 85 de 6 de mayo de 2021)
Este documento firmado digitalmente puede verificarse en https://sede.ugr.es/verifirma/ 06/05/2026 - 10:39
Código seguro de verificación (CSV): 04C026A364FC9021243ED6C0DB1D27A3 Pág. 6 de 8

nervioso con el sistema inmunológico.

Parte 1: https://www.youtube.com/watch?v=ISfpHSLtFuI

Parte 2: https://www.youtube.com/watch?v=O5V6GKJ2x8c&t=41s

3. Documental Estrés peligro de muerte:

En este documental el neurocientífico de la Universidad de Stanford Robert Sapolsky, autor del famoso libro "Por que las cebras no tienen úlcera" nos muestra los principales estudios que ha desarrollado a lo largo de su vida sobre las consecuencias del estrés en la salud.

## METODOLOGÍA DOCENTE

- MD01 Lección magistral/expositiva
- MD03 Resolución de problemas y estudio de casos prácticos
- MD06 Ejercicios de simulación
- MD07 Análisis de fuentes y documentos
- MD09 Realización de trabajos individuales

## EVALUACIÓN (instrumentos de evaluación, criterios de evaluación y porcentaje sobre la calificación final)

### EVALUACIÓN ORDINARIA

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.

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 20%
- Entrega de trabajos relativos a los temas trabajados 40%
- Exposición de revisión sobre un tema: Hasta el 40%

### EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA

El artículo 19 de la Normativa de Evaluación y Calificación de los Estudiantes de la Universidad de Granada establece que los estudiantes que no hayan superado la asignatura en la convocatoria ordinaria dispondrán de una convocatoria extraordinaria. A ella podrán concurrir todos los estudiantes, con independencia de haber seguido o no un proceso de evaluación continua. De esta



Firma (1): Universidad de Granada
CIF: Q1818002F

Firmado electrónicamente según arts. 15, 17 y 41.1 del Reglamento de Adm. Electrónica de la Universidad de Granada (BOJA nº 85 de 6 de mayo de 2021)
Este documento firmado digitalmente puede verificarse en https://sede.ugr.es/verifirma/ 06/05/2026 - 10:39
Código seguro de verificación (CSV): 04C026A364FC9021243ED6C0DB1D27A3 Pág. 7 de 8

forma, el estudiante que no haya aprobado a través de la evaluación continua tendrá la posibilidad de obtener el 100% de la calificación mediante la realización de una prueba y/o trabajo, siempre que durante el curso se haya cumplido con el requisito de presencialidad de al menos un 80% establecido para los créditos teóricos, según la Orden Ministerial ECD/1070/2013 que regula este título.

## EVALUACIÓN ÚNICA FINAL

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

Información de interés para estudiantado con discapacidad y/o Necesidades Específicas de Apoyo Educativo (NEAE): Gestión de servicios y apoyos (https://ve.ugr.es/servicios/atencion-social/estudiantes-con-discapacidad).



Firma (1): Universidad de Granada
CIF: Q1818002F

Firmado electrónicamente según arts. 15, 17 y 41.1 del Reglamento de Adm. Electrónica de la Universidad de Granada (BOJA nº 85 de 6 de mayo de 2021)
Este documento firmado digitalmente puede verificarse en https://sede.ugr.es/verifirma/
Código seguro de verificación (CSV): 04C026A364FC9021243ED6C0DB1D27A3
06/05/2026 - 10:39
Pág. 8 de 8