



FICHA DE UNIDADE CURRICULAR

2020/2021

Designação

Psicologia da Saúde

Docente (s) (Indicar também qual o docente responsável pela U.C.)

Luísa Barros

Creditação (ECTS)

6 ECTS

Funcionamento

Aulas teórico-práticas;

2 h TP semanais online para todo o grupo+2hTP presenciais e quinzenais

Em situação de novo confinamento todas as aulas serão online

Objetivos

- *Compreender* o contributo específico da psicologia para a promoção da saúde e para a prevenção e tratamento da doença. Reconhecer o contributo da psicologia para a organização dos cuidados de saúde.
- *Conhecer* as funções do psicólogo da saúde nos diferentes contextos e instituições e *saber articular* estas funções com outras profissões e áreas de especialidade.
- *Conhecer e aplicar* diversos conceitos de saúde, os principais determinantes da saúde e a implicação destes para a intervenção da psicologia no campo da saúde.
- *Conhecer e aplicar* os principais modelos explicativos de comportamentos de saúde
- *Conhecer e aplicar* metodologias específicas de mudança em saúde com pessoas ao longo do ciclo de vida e empiricamente validadas.



Competências a desenvolver

- Conhecer os principais conceitos e modelos teóricos, relacioná-los e analisar criticamente a literatura científica deste domínio.
- Ser capaz de identificar, sistematizar e analisar criticamente os principais modelos explicativos dos comportamentos de saúde e da mudança em saúde aplicar.
- Ser capaz de selecionar, planear e avaliar intervenções para a promoção da saúde e prevenção da doença ao longo do ciclo de vida.
- Ser capaz de comparar diferentes metodologias, considerando o seu nível de fundamentação teórica e de validação empírica.

Pré-Requisitos (Precedências) *

Não há

Conteúdos programáticos

- Introdução à psicologia da saúde. Contributo da psicologia da saúde para os diferentes contextos e instituições de saúde. Áreas de intervenção e funções do psicólogo da saúde.
- Conceitos de saúde e papel atribuído ao comportamento nestes modelos. Qualidade de Vida e sua relação com o papel do psicólogo.
- Determinantes de saúde: comportamentos promotores de saúde e comportamentos de risco.
- Stress e coping.
- Modelos de Mudança em saúde. HBM; Modelo Transteórico; Modelo HAPA; Teoria da Autodeterminação aplicada à saúde; Modelos duais e processamento implícito.
- Metodologias de intervenção para a mudança comportamental em saúde, dirigido a diferentes grupos etários e aplicados em diferentes contextos.

Bibliografia

- Brannon, L. & Feist, J. (2000). *Health Psychology: An Introduction to Behavior and Health*. N.Y.: Wadsworth.
- Ogden, J. (1999) *Psicologia da Saúde*. Lisboa: Climepsi.
- Sarafino, E. (2008). *Health Psychology: biopsychosocial interactions* (6th edition) N.Y.: Wiley.
- Tones, K. (2005) *Health Promotion: planning and strategies*. London: Sage.
- Prestwich, A, Kenworthy, J & Conner, M (2018). *Health Behavior Change: Theories, Methods and Interventions*. London, Routledge

Outros textos especializados serão disponibilizados ao longo do semestre



Métodos de ensino

Aulas teórico-práticas

Exposição teórica pela docente. Debate em pequeno grupo a partir de questões de reflexão. Realização de exercícios escritos e orais de aplicação dos principais conceitos abordados. Análise crítica de estudos de intervenção.

Modalidades de Avaliação (Regime Geral de Avaliação e/ou Regime Final Alternativo)

Disciplina com avaliação contínua. Não existe Regime Final Alternativo. A assiduidade e participação ativa nas aulas são um elemento fundamental do processo de aprendizagem do aluno.

Elementos de Avaliação (Prazos de entrega de trabalhos, ponderação percentual de cada elemento de avaliação, requisitos para aprovação na UC, nomeadamente, a classificação exigida em cada elemento de avaliação)

1. Exercícios individuais e em grupo online e na sala de aula para aplicação dos conceitos trabalhados.
2. Trabalho de grupo sobre uma temática específica selecionada
3. Dois testes breves de sistematização dos conceitos fundamentais ao longo do semestre

Regras relativas à melhoria de nota

A avaliação contínua não pressupõe melhoria de nota. No entanto, em casos especiais e devidamente justificados poderá ser realizada uma avaliação final escrita.

Regras relativas a alunos repetentes*

Não se aplica

Exigências relativas à assiduidade e pontualidade

A assiduidade e participação ativa nas aulas são um elemento fundamental do processo de aprendizagem do aluno pelo que a participação nas aulas online e presencial é obrigatória, .

Dado o tempo reduzido de aulas presenciais, os alunos deverão estar presentes em todas as aulas presenciais e estar presente durante todo o tempo (1h45m) exceto em casos especiais devidamente justificados.

Alunos com situações de risco de saúde poderão fazer toda a u.c. online.



Regras específicas relativas aos estudantes considerados em situação de exceção (estudantes-trabalhadores, atletas de alta competição, alunos dirigentes associativos, alunos militares, pais e mães estudantes, alunos com necessidades educativas especiais) *

A assiduidade e participação ativa nas aulas são um elemento fundamental do processo de aprendizagem do aluno pelo que não é possível realizar esta u.c. em regime não presencial.

Língua de ensino

Português, mas o domínio do Inglês é indispensável para aceder à literatura fundamental.

Infrações disciplinares e sanções decorrentes

De acordo com o Regulamento de Avaliação das Aprendizagens da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, consideram-se infrações disciplinares sujeitas a sanções disciplinares os seguintes comportamentos:

- a) Dar, usar ou tentar usar materiais, informação, apontamentos, auxiliares de estudo ou outros objetos e equipamentos não autorizados em exercícios académicos;
- b) Ajudar ou tentar ajudar um colega no cometimento de uma infração disciplinar;
- c) Submeter o mesmo trabalho escrito para apreciação em disciplinas diferentes sem autorização dos docentes, mesmo que com pequenas alterações;
- d) Apresentar como seu o trabalho de outro;
- e) Inventar ou alterar sem autorização qualquer informação ou citação em trabalhos académicos;
- f) Interferir, alterar ou tentar alterar classificações;
- g) Tentar impedir ou interferir com o bom funcionamento das aulas, do trabalho de investigação ou de outras atividades académicas;
- h) Proferir acusações falsas relativamente a docentes ou órgãos de gestão, colegas e funcionários não-docentes da FP-UL;
- i) Falsificação de assinaturas nas folhas de presença nas aulas, em documentos relativos a elementos de avaliação, e em qualquer documento oficial referente ao seu processo e estatuto académico.

As infrações disciplinares cometidas na realização de qualquer elemento de avaliação podem implicar a anulação do mesmo, devendo ser comunicadas ao Conselho Pedagógico, ou consoante a sua gravidade e reiteração, poderão traduzir-se em outras sanções, a definir pelo Reitor da Universidade de Lisboa.

* No caso de se aplicar