



UNIVERSIDAD DE
COSTA RICA



DCS

Departamento de Ciencias Sociales
Carrera de Psicología

II CICLO 2021

SIGLA PS-1048

MÓDULO DE INTERVENCIÓN EN LOS TRASTORNOS BIOLÓGICO CONDUCTUALES

GRUPO 1

CRÉDITOS: 4

Profesora: Licda. Alicia Sandoval Poveda alicia.sandovalpoveda@ucr.ac.cr

Co profesora: Licda. Ingrid Chacón Medrano ingrid.chacon15@ucr.ac.cr

Requisitos: PS3001 Fundamentos fisiológicos de la conducta

Horario del curso: Lunes de 14:00 a 16:50

Horas lectivas semanales: 3

Horario de atención: Lunes de 17:00 a 19:00

Tipo de curso: propio

Modalidad: 100% virtual

INTRODUCCIÓN

Cuando se piensa en la salud, es habitual que las personas piensen en su bienestar físico. Es decir, suele entenderse que una persona "saludable" es quien no se ve afectada por enfermedades u otras agresiones, como lesiones producto de accidentes. Esta forma de entender la salud, además de reduccionista, suele ser pernicioso, pues se percibe como si el mantenimiento de una buena salud no estuviese bajo el control personal.

Adicionalmente, la Medicina se ha encargado de proveernos de vacunas, antibióticos, medicamentos, cirugías y otros avances, que han permitido enfrentarnos a las enfermedades puntuales, las infecciones, las lesiones y el dolor físico. Sin embargo, esto no ha impedido el avance de otro tipo de condiciones conocidas como crónicas, ya que éstas se deben a múltiples factores, incluyendo variables psicológicas, sociales, culturales, etc. Al ser multicausales, estas condiciones requieren aproximaciones mucho más integrales, que superan los límites del modelo biomédico (Becoña, Vázquez & Oblitas, 2006).

Desde mediados del siglo XX, sabemos que las principales causas de muerte no son las enfermedades infecciosas, sino aquellas que están relacionadas con un estilo de vida que pone en riesgo nuestra salud y nuestra calidad de vida. Es por esto que, desde el año 1949, la Organización Mundial de la Salud entiende que la salud "es el estado de completo bienestar físico, mental y social, y no tan solo la ausencia de enfermedad o afección" y comienza a hablarse del ser humano como un ente "bio-psico-social".

Con esta concepción integral, la Psicología, desde 1920, ha realizado gran cantidad de intervenciones e investigaciones que han extendido el campo de aplicación de la ciencia psicológica en áreas más allá de la clínica. Se propone, desde entonces, una aproximación multifactorial hacia la conservación del estado de bienestar y alcanzar la mejor calidad de vida que sea posible. Este abordaje requiere la comprensión de la enfermedad como un fenómeno más que orgánico, sino más bien que el



mantenimiento de la salud integral elementos políticos, económicos, sociológicos y psicológicos, además de fisiológicos (Gil, 2004).

El siguiente módulo busca establecer el lugar fundamental que tiene la Psicología en las Ciencias de la Salud, desde los aportes de la medicina conductual y la Psicología de la Salud. De esta manera, conoceremos los factores psicológicos que influyen en el mantenimiento de la salud integral y de una buena calidad de vida.

El módulo se sirve de los conocimientos adquiridos por los y las estudiantes en cursos anteriores, como Procesos Psicológicos Básicos, Bases Biológicas de la Conducta I y II y Fundamentos Fisiológicos de la Conducta. Pero, además, aprovechará los aprendizajes brindados por otros cursos y módulos de otras áreas del conocimiento, como las de Clínica y Salud y el área Social, ya que el trabajo a desarrollar requiere la aplicación de técnicas fundamentales de la clínica y de estrategias de intervención comunitaria. Ya que este módulo parte de una concepción integral de la salud (incluyendo lo ambiental, lo cultural, lo biológico, lo psicológico), así mismo, deben ser integrales sus intervenciones.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL:

Establecer las áreas y estrategias de intervención de la Psicología en los trastornos biológico-conductuales, a través de la inserción práctica y académica en los temas relacionados con la prevención, intervención y rehabilitación de las condiciones crónicas, con el fin de formar estudiantes con una visión integral y multifactorial de la realidad humana.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Conocer el desarrollo histórico de la aproximación holista a la salud, la enfermedad, la calidad de vida y el bienestar psicosocial
1. Delimitar conceptualmente la aproximación psicológica a la salud integral (medicina conductual y psicología de la salud)
2. Establecer la relación entre comportamiento, cognición, emoción y salud
3. Esclarecer los ámbitos de actuación de las intervenciones psicológicas en la salud
4. Detallar las estrategias de evaluación e intervención en Psicología de la Salud y Medicina Conductual.

PERFIL DE ENTRADA Y PERFIL DE SALIDA

Perfil de entrada	Perfil de salida
Conocimientos:	Conocimientos:
1. Poseen conocimientos en psicobiología	1. Reconocen las relaciones, científicamente comprobadas, entre la salud, la enfermedad, y los comportamientos, las cogniciones, las
2. Conocen sobre técnicas de intervención cognitivo-conductual	
3. Manejan aspectos básicos sobre	



-
- promoción y prevención de la salud
4. Identifican conceptos básicos sobre salud y enfermedad
 5. Conocen los principios y normas éticas en el trabajo psicológico con personas
 6. Poseen conocimientos sobre intervenciones en ámbitos comunitarios

- emociones y otras variables psicofisiológicas
2. Identifican las principales estrategias de evaluación en salud integral
 3. Saben sobre estrategias de intervención psicológica específicas para trastornos psicofisiológicos
 4. Conocen sobre estrategias psicosociales para realizar proyectos sociales en promoción de la salud y prevención de la enfermedad
 5. Reconocen la implicación de las variables psicosociales en el desarrollo y mantenimiento de las enfermedades crónicas
 6. Han integrado estrategias profesionales para realizar, de forma eficaz, trabajos multidisciplinarios con expertos/as de otras ciencias

Habilidades:

1. Poseen habilidades para el manejo terapéutico de grupos.
2. Saben aplicar habilidades terapéuticas en el manejo de la terapia individual
3. Aplican con eficacia instrumentos de evaluación psicológica
4. Son capaces de realizar formulaciones de caso, incluyendo soltura en la realización de análisis funcionales de la conducta
5. Son capaces de planificar e implementar programas de intervención psicosocial

Habilidades:

1. Son capaces de planificar y ejecutar un programa de intervención en trastornos psicofisiológicos, el cual incorpora una adecuada evaluación continua, implementación de estrategias psicológicas, ejecución de planes de recuperación y prevención de recaídas
 2. Poseen estrategias para la implementación de habilidades clínicas con personas que padecen enfermedades crónicas
 3. Integran las habilidades del profesional en psicología en estrategias de promoción de estilos de vida saludables y aumento de la calidad de vida
 4. Desarrollan estrategias de intervención basadas en una estrecha colaboración multidisciplinaria
-



Valores:

1. Muestran una actitud flexible, abierta y respetuosa hacia las explicaciones psicológicas en temas de salud.
2. Se apegan, estrictamente, a una conducta ética
3. Mantienen una actitud respetuosa hacia el conocimiento científico, tanto en Psicología como en otras áreas.

Valores:

1. Muestran una actitud ética, humana e integral hacia la salud y las intervenciones psicológicas en este campo.
2. Respetan los conocimientos y técnicas de otras ciencias, mientras mantienen una actitud crítica hacia los modelos de intervención en salud.
3. Valoran la importancia de un cambio en los modelos de atención en salud y se integran como agentes de cambio.
4. Defienden, basadas/os en los avances científicos y en la investigación empírica, su rol dentro de los espacios de salud.

INFOGRAFÍA DE HOSTIGAMIENTO SEXUAL

HOSTIGAMIENTO Y ACOSO SEXUAL

Definición

Es una conducta indeseada, de naturaleza sexual, que provoca efectos perjudiciales en quien la recibe.

Importancia

- Es una forma de violencia y violación a nuestros derechos humanos.
- Es más frecuente y grave de lo que creemos.
- Existe una gran dificultad para identificarlo, debido a que sus manifestaciones son comunes, cotidianas y toleradas culturalmente.

Manifestaciones

Sonidos, mensajes de texto, propuestas sexuales, invitaciones insistentes a salir, toqueteos, besos, abrazos, requerimientos de favores sexuales a cambio de beneficios, amenazas implícitas o explícitas, exigencia de una conducta, acercamientos con intenciones sexuales o románticas, entre otras.

¿A quienes aplica?

- Cualquier persona que forme parte de la comunidad universitaria, integrada por personal docente, administrativo y población estudiantil.
- Quienes posean relaciones contractuales, no laborales, con la Universidad de Costa Rica (servicios subprofesionales, subcontratación convenios e intercambios)

¿Dónde buscar ayuda?

- Equipo interdisciplinario del CIEM: Es una acción afirmativa que la UCR ha instalado como apoyo Psico-legal para todxs lxs personxs que pertenecen a la comunidad universitaria.
- **Contacto: 2511-1953. ciem@ucr.ac.cr**
- Comisión Institucional contra el HS: Órgano de la UCR en donde se realizan las denuncias de hostigamiento sexual. **Contacto: 2511-4898**

Reglamento
contra el
Hostigamiento
Sexual





CONTENIDOS

- A. Introducción a la medicina conductual y a la psicología de la salud: aspectos históricos, delimitación conceptual y modelos centrales
- A. Comportamiento y salud: Hábitos de vida saludables y calidad de vida
- B. Emociones y salud: relación entre las emociones y su impacto en la fisiología humana. Desarrollo de enfermedades crónicas y su relación con las emociones (estrés, ansiedad, ira y salud)
- C. Variables psicosociales: impacto del ambiente, la cultura y el desarrollo social en la salud. Estrategias psicosociales en promoción de la salud y prevención de la enfermedad.
- D. La evaluación psicológica y formulación de la intervención psicológica en los trastornos psicofisiológicos: desarrollo de la entrevista motivacional.
- E. La psicología humana y el desarrollo del cáncer
- F. Trastornos cardiovasculares y las variables implicadas en su desarrollo y control
- G. Intervenciones psicológicas en trastornos por dolor
- H. Estilos de vida, comportamientos y cogniciones en el VIH
- I. Diabetes y su intervención psicológica
- J. Intervención psicológica en la obesidad
- K. Trastornos autoinmunes y el aporte de la Psicología en su tratamiento
- L. Cefaleas crónicas y el tratamiento psicológico
- M. Adherencia al tratamiento: programas de intervención en el tratamiento de enfermedades crónicas, incluyendo que las personas interesadas se adscriban a la participación en proyectos de salud de forma sostenida.

CRONOGRAMA

Sesión	Contenido	Lecturas	
1 16/8	Lectura del programa, infografía de hostigamiento sexual, explicación de las prácticas, organización de los grupos e introducción al curso ¿Qué es la Psicología de la Salud y la Medicina Conductual?: aspectos históricos, delimitación conceptual y modelos centrales	Brannon, Feist y Updegraff (2017). Foundations of Health Psychology. Pp. 68-82	Sesión sincrónica
2 23/8			Actividades asincrónicas -Lectura -Primer revisión para elección de tema de práctica. Actividad en línea.



<p>3 30/8</p>	<p>Comportamiento y salud: Calidad de vida y hábitos de vida saludables. Factores psicosociales en el desarrollo de la enfermedad. Género y salud. Comportamiento y salud: Calidad de vida y hábitos de vida saludables. Factores psicosociales en el desarrollo de la enfermedad Promoción de la Salud y prevención de la enfermedad</p>	<p>Amigo, I (2015). Conceptualización de la Psicología de la Salud. pp.12-44.</p> <p>Opcionales:</p> <p>Brannon, Feist y Updegraff (2014). Foundations of Health Psychology (Parte 1 del libro)</p> <p>Sarafino & Smith (2011): Lifestyles to enhance health and prevent illness (Parte 3)</p>	<p>Clase sincrónica</p>
<p>4 6/9</p>			<p>Lectura Sesión asincrónica Supervisiones sincrónicas</p>
<p>5 20/9</p>	<p>La evaluación psicológica y formulación de la intervención psicológica en los trastornos psicofisiológicos</p>	<p>Rodríguez et al (2014) Entrevista Motivacional parte I y parte II</p>	<p>Entrega: Estado del arte (20%) Clase sincrónica</p>
<p>6 27/9</p>		<p>Hernández et al. (2014). Cómo diseñar talleres para promover la salud en grupos comunitarios.</p>	<p>Lectura Sesión asincrónica Elaboración del planeamiento</p>
<p>7 4/10</p>	<p>Emociones y salud: relación entre las emociones y su impacto en la fisiología humana.</p>	<p>Amigo, I (2015). Estrés. pp.134-176.</p> <p>Brannon, Feist y Updegraff (2014). Stress, Pain and Coping (Parte 2 del libro)</p>	<p>Entrega de Planeamiento (10%) Clase sincrónica</p>
<p>8 11/10</p>	<p>SEMANA DE RESPIRO</p>		
<p>9 18/10</p>	<p>Examen</p>		<p>Lectura Sesión asincrónica Devolución de planeamiento</p>



10 25/10	La psicología humana y el desarrollo del cáncer Intervenciones psicológicas en trastornos por dolor	Amigo, I (2015). Dolor Crónico. pp.178-199. Amigo, I (2015). Cáncer. pp.254-272. Artículo de apoyo Tauben, D. y Stacey, B. (2020). Abordaje del manejo del dolor crónico no relacionado con el cáncer en adultos. Uptodate [Internet]. https://www.uptodate.com/contents/approach-to-the-management-of-chronic-no-n-cancer-pain-in-adults Brannon, Feist y Updegraff (2014). Understanding and managing pain. pp. 143-170 Brannon, Feist y Updegraff (2014). Behavioral factors in cancer. pp. 231-252	Clase sincrónica Actividad con artículos de tipos de cáncer y de dolor.
11 1/11			Lectura Sesión asincrónica Supervisiones de ejecución sincrónicas
12 8/11	Trastornos cardiovasculares y las variables implicadas en su desarrollo y control Obesidad Diabetes	Amigo, I (2015). Enfermedades cardiovasculares. pp. 225-242 Rodríguez Campuzano, L., Rentería, A., Rosales, A., & Rodríguez Soriano, N. Y. (2014). Propuesta educativa para la salud del paciente con diabetes mellitus tipo 2. pp. 103-112	Clase sincrónica



13 15/11			Lectura Sesión asincrónica Entrega del informe ejecutivo de ejecución de taller (10%)
14 22/11	Estilos de vida, comportamientos y cogniciones en el VIH Enfermedades autoinmunes y las variables bio-psico-sociales implicadas	Noguera y Pérez (2014). Importancia de la medicina conductual en el abordaje psicológico de las personas que viven con VIH-Sida. pp. 263-285. Opcionales: Brannon, Feist y Updegraff (2014). Dealing with HIV and AIDS. pp. 269-275 Di Domizio, Conrad & Gilliet (2017) Xenotransplantation model of psoriasis. En Inflammation Nguyen, et al. (2016) The psychosocial impact of acne, vitiligo and psoriasis Brannon, Feist y Updegraff (2014). Understanding stress, immunity and disease. Cap. 6	Clase sincrónica Artículo VIH más allá de la adherencia ¿Cómo harían la intervención sobre este tipo de enfermedad autoinmune?
15 29/11	FERIADO		Entrega de Infografías finales (10%) (a lo largo de la semana)
16 6/11	Examen		Sesión asincrónica

DIDÁCTICA

El curso será desarrollado en forma 100% virtual en la plataforma de Mediación Virtual. El curso se va a desarrollar en dos bloques teóricos y un espacio práctico, de acuerdo con las condiciones actuales del país. El contenido teórico se va a desarrollar en un primer bloque dedicado a conceptos teóricos de psicología de la salud, modelos de comportamientos de salud, promoción de la salud, prevención, evaluación y la relación entre las emociones y la salud. El otro bloque teórico se centrará en la comprensión y abordaje de diversas condiciones crónicas de la salud.



Las sesiones teóricas se realizarán de manera sincrónica cada 15 días, las cuales se caracterizarán por exposiciones magistrales, análisis de casos prácticos y ejercicios de trabajo en subgrupos. Se espera contar con la intervención y discusión por parte del estudiantado en el desarrollo de las lecciones, por lo que en las semanas asincrónicas deben procurar hacer todas las lecturas. Además, en mediación virtual se contará con recursos bibliográficos y audiovisuales de cada tema, tanto de revisión obligatoria como de apoyo para ampliar los temas. Los ejercicios realizados en clase tendrán un porcentaje dentro de la nota final del curso. Las sesiones sincrónicas tendrán dos partes de 45 minutos con un receso en medio, no es obligatorio el uso de las cámaras y se evaluará con cada estudiante según su situación evaluaciones alternativas en caso de que un problema tecnológico le impida la conexión.

En cuanto a la parte práctica, se trabajará en subgrupos con la temática actual de los aportes desde la psicología de la salud para el abordaje del COVID-19, lo cual se desarrollará en las semanas asincrónicas.

PRÁCTICAS

Por la situación actual de pandemia no se realizará una inserción laboral dentro una institución para no exponer al estudiantado a realizar tareas o actividades de manera presencial. En su lugar, aprovechando la coyuntura nacional y mundial, la práctica profesional del curso se va a enfocar en el abordaje profesional desde psicología de la salud de la situación de COVID-19 y sus repercusiones en diversas poblaciones.

Se crearán subgrupos de trabajo que deberán escoger una población en particular para estudiar cómo está siendo afectada por la situación de COVID-19. Una vez escogida la población se buscará un grupo con el cual realizar una intervención virtual, ya sea con una institución o grupo establecido o por medio de una convocatoria abierta en redes sociales. Se llevará una página de Facebook del curso para promocionar los eventos de los talleres.

Para desarrollar este trabajo, se realizarán los siguientes pasos:

- Preparación del taller:
 - Estado del arte: el grupo realizará un estado del arte en el cual incluirán al menos dos artículos por persona integrante que tendrán como fin cubrir los siguientes puntos: cómo la situación de COVID-19 ha afectado la población escogida, estrategias de intervención desde psicología para abordar la población, información del manejo de las situaciones relacionadas por COVID-19 desde la psicología.
- Ejecución del taller:
 - Planeamiento del taller: cada grupo presentará un planeamiento para la ejecución de un taller por medios virtuales con el grupo de su elección. Deberán precisar cuál será la población, la distribución de tareas, las actividades, recursos necesarios y tiempo destinado. El taller debe estar fundamentado en el estado del arte.
 - Informe ejecutivo del taller: siguiendo un formato los subgrupos generarán un informe ejecutivo del taller en el que incluirán la ejecución del mismo y la valoración de las personas participantes sobre el taller recibido.
- Infografías del taller: cada persona que integran los subgrupos de forma individual va a generar una infografía sobre alguno de los resultados de la práctica. Puede ser de la parte teórica o de algún aspecto trabajado en el taller. Deben coordinarse previamente para no repetirse. Cada uno subirá su infografía a un padlet en mediación virtual y serán compartidas en la página de Facebook del



curso desde el que se promocionarán los talleres, por lo que deber ser rigurosos en formalidad, adaptados a las poblaciones, con las referencias utilizadas, entre otros aspectos que demuestren la calidad de información producida.

EVALUACIÓN

Dos exámenes parciales de tipo práctico-comprensivo	30% (15% cada uno)
Trabajo en clase	20% (Individual)
Preparación del taller	20% Estado del arte
Ejecución del taller	20% -Planeamiento (10%) -Informe ejecutivo del taller (ejecución y valoración) (10%)
Infografía de talleres realizados	10% (Individual)

BIBLIOGRAFÍA

Bibliografía obligatoria

Amigo, I (2015). Manual de psicología de la salud. (2da Edición). Ediciones Pirámide.

Brannon, L., & Feist, J. (2017). *Health Psychology. An Introduction to Behavior and Health*. Madrid: Thomson Learning.

Hernández et al. (2014). Cómo diseñar talleres para promover la salud en grupos comunitarios. *Atención primaria*, 46(1), 40-47.

Reynoso, L. Becerra, A. (coord). (2014) Medicina conductual: teoría y práctica. Editorial Qartuppi.

Rodríguez Campuzano, L., Rentería, A., Rosales, A., & Rodríguez Soriano, N. Y. (2014). Propuesta educativa para la salud del paciente con diabetes mellitus tipo 2. *Pensando Psicología*, 10(17), 103–112. <https://doi-org.ezproxy.sibdi.ucr.ac.cr/10.16925/pe.v10i17.791>

Rodríguez, J. et al. (2014) Entrevista motivacional (parte I). *Formación médica continuada de atención primaria*, 21(3), 9-24.

Rodríguez, J. et al. (2014) Entrevista motivacional (parte II). *Formación médica continuada de atención primaria*, 21(4), 9-34.



Bibliografía opcional

Marks, D.F., Murray, M., Evans, B., & Vida-Estacio, E. (2011) *Health Psychology: Theory, research and practice*. London: SAGE Publications, Ltd.

Caballo, V. (Ed.). (2008). *Manual para el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos psicológicos* (Vol. 2). Madrid: Siglo XXI.

Di Domizio, Conrad & Gilliet (2017) Xenotransplantation model of psoriasis. En: *Inflammation*. (pp. 83-90). Humana Press, New York, NY.

Gil, J. (Ed.). (2004). *Psicología de la Salud: Aproximación histórica, conceptual y aplicaciones*. Madrid: Pirámide.

Nguyen, C. M., Beroukhim, K., Danesh, M. J., Babikian, A., & Koo, J. (2016). The psychosocial impact of acne, vitiligo, and psoriasis: a review. *Clinical, cosmetic and investigational dermatology*, 9, 383.

Oblitas, L. A. (Ed.). (2006). *Psicología de la Salud*. México, D.F.: Plaza y Valdés.

Sarafino, E., & Smith, T. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial interactions* (7th Ed.). EEUU: John Wiley & Sons, Inc.

Tauben, D. y Stacey, B. (2020). Abordaje del manejo del dolor crónico no relacionado con el cáncer en adultos. Uptodate [Internet].
<https://www.uptodate.com/contents/approach-to-the-management-of-chronic-non-cancer-pain-in-adults>