



GUIA DOCENT

SALUT I BENESTAR PROFESSIONAL

Coordinació: Eduardo Blanco Calvo

Any acadèmic 2015-16

Informació general de l'assignatura

Denominació	SALUT I BENESTAR PROFESSIONAL
Codi	100913
Semestre d'impartició	1r Q Avaluació Continuada
Caràcter	Obligatòria
Nombre de crèdits ECTS	6
Crèdits teòrics	0
Crèdits pràctics	0
Coordinació	Eduardo Blanco Calvo
Departament/s	Didàctiques Específiques / Pedagogia i Psicologia
Modalitat	Presencial
Informació important sobre tractament de dades	Consulteu aquest enllaç per a més informació.
Idioma/es d'impartició	Castellà i català
Grau/Màster	Grau en Educació Social

Josep Maria Coscolluela
Eduardo Blanco Calvo
Carmen Ruiz Molina

Objectius acadèmics de l'assignatura

- Aprofundiment dels coneixements en salut i prevenció.
- Domini d'habilitats per reconèixer les alteracions més freqüents en l'àmbit laboral i d'escales diagnòstiques.
- Interpretar els resultats d'una recerca en salut i benestar laboral.
- Utilitzar els resultats de la investigació per avaluar, diagnosticar, prevenir i intervenir en la prevenció de la salut laboral.
- Identificar i descriure la naturalesa i característiques psicobiològiques de les alteracions psicosocials.
- Identificar les principals alteracions i naturalesa de les afectacions foniàtriques.
- Identificar els principals trastorns musculoesquelètics associats a l'activitat docent.
- Identificar tècniques bàsiques de prevenció i afrontament de les principals alteracions laborals.
- Entendre el significat i la necessitat de garantir unes condicions de treball higièniques.
- Conèixer els fonaments de la higiene i la recerca en malalties
- Adquirir coneixements generals necessaris sobre els diferents sistemes de medicació i control dels diferents factors de risc
- Tenir la capacitat per a avaluar els processos i mètodes de treball, des d'un punt de vista de la possible generació d'alteracions
- Ser capaç de definir la perillositat i els possibles sistemes de protecció davant dels diferents riscos en el medi laboral
- Conèixer els processos reguladors psicològics que intervenen en el concepte de salut i qualitat professional.
- Identificar les pròpies possibilitats i limitacions tant en l'àmbit personal com en el desenvolupament de la pràctica professional.
- Distingir les diferents variables psicosocials que poden incidir en un procés de vida laboral sana i satisfactòria en l'àmbit de l'educació social.
- Analitzar necessitats i dissenyar projectes i activitats d'intervenció socioeducativa en l'àmbit de la salut i qualitat professional.
- Desenvolupar estratègies per a promocionar el propi benestar personal i professional: regulació emocional, autonomia personal.

Competències

Capacitat crítica, d'anàlisi i d'organització

Comunicació oral i escrita

Capacitat de treball en equip

Compromís ètic

Saber gestionar la informació i tenir un bon domini de les TIC en el context professional.

Analitzar necessitats així com dissenyar, aplicar i avaluar plans, programes, projectes i activitats d'intervenció en contextos diversos

Competències transversals

Desenvolupar la capacitat crítica d'anàlisi, de síntesi, d'organització i de planificació.

Adquirir habilitats de comunicació, podent transmetre de forma concreta i precisa la informació.

Saber treballar en equip.

Fer servir les fonts documentals i mostrar un domini en les estratègies d'accés a la informació.

Analitzar treballs, articles, recerques de la professió des d'una perspectiva crítica.

Valorar els punts forts i febles d'un treball d'investigació, sabent analitzar les implicacions pràctiques i teòriques del mateix.

Utilitzar les tecnologies de la informació

Competències específiques

Situar la figura i l'activitat de l'educador, des de les seves diferents vessants, com objecte d'estudi en tant que factor rellevant en la qualitat dels processos d'ensenyament/aprenentatge

Relacionar i contextualitzar els diversos aspectes de l'activitat docent amb les demandes i els processos de canvi social

Incorporar i compartir actituds de reflexió i d'autoconeixement aplicables a la vida professional docent

Conèixer els factors de risc que comporta l'exercici de la professió docent

Aprendre i exercitar tècniques i habilitats docents per a prevenir i afrontar el malestar docent

Dominar la terminologia sobre salut i prevenció per comprendre i interactuar eficaçment amb d'altres professional.

Analitzar necessitats així com dissenyar, aplicar i avaluar plans, programes, projectes i activitats d'intervenció en contextos diversos

Continguts fonamentals de l'assignatura

Mòdul de treball corporal

- Desenvolupament d'estratègies per a la relació amb els altres i el treball en equip
- L'autonomia personal: Presa de consciència i acceptació
- Globalitat de la persona. Equilibri personal
- Disponibilitat corporal: imatge corporal, esquema corporal, consciència corporal, relaxació i empatia

Mòdul de Salut i Higiene

- Unitat didàctica 1. Introducció a la prevenció de riscos laborals
- Unitat didàctica 2. Marc normatiu bàsic en matèria de prevenció de riscos laborals
- Unitat didàctica 3. L'accident de treball i la malaltia professional

Mòdul de Riscos Generals i la seva prevenció

- Unitat didàctica 1. Els riscos lligats a les condicions de Seguretat
- Unitat didàctica 2. Els riscos lligats al medi ambient de treball
- Unitat didàctica 3. Sistemes elementals de control de riscos. Protecció col·lectiva i individual
- Unitat didàctica 4. Primers auxilis

Mòdul de malalties i patologies del sector educatiu

- Unitat didàctica 1. Trastorns foniàtrics
- Unitat didàctica 2. Trastorns d'origen psicosocial
- Unitat didàctica 3. Trastorns musculoesquelètics

Eixos metodològics de l'assignatura

Classes magistrals amb suport de TIC y debat en gran grup.

Recerca de documentació sobre un tema, presentació oral i torn de valoracions.

Sessions pràctiques. Fonamentalment mitjançant la utilització de simulacions informàtiques i estudi de casos.

Introducció de les sessions en els seminaris, presentació del text, valoració i discussió

Tutories de suport a la realització d'un projecte

Lectura comprensiva de texts

Treball individual o en grup sobre el conjunt de material disponible de classes, texts, revistes, etc

Realització d'esquemes, mapes conceptuals i resums.

Recensions, estudis bibliogràfics (individuals o en grup) a partir d'una guia per a la seva realització..

Pla de desenvolupament de l'assignatura

Setmana	Activitat	Hores GG	HoresGM	Hores NP
1	Presentació de la matèria, contextualització de la matèria i organització dels grups de treball	2		
2	Exposició mòdul de treball corporal i treball corporal en grup reduït	4	2	
3	Exposició mòdul de treball corporal i treball corporal vivenciat	4	2	
4	Exposició mòdul de treball corporal i estudi del cas	4	2	

5	Exposició oral Mòdul de Salut i Higiene Sessions de treball en seminaris sobre aspectes legislatius i cost econòmic dels accidents de treball	4	2	
6	Exposició oral Mòdul de Riscos Generals i la seva prevenció Sessions de treball en seminaris sobre senyalització i pla d'emergència i treball amb pantalles	4	2	
7	Exposició oral Mòdul de Riscos Generals i la seva prevenció Sessions de treball en seminaris sobre mesures de prevenció i protecció i primers auxilis	4	2	
8	Exposició oral Mòdul de malalties i patologies del sector educatiu Sessions de treball en seminaris sobre aspectes foniàtrics	4	2	
9	Exposició oral Mòdul de malalties i patologies del sector educatiu Sessions de treball en seminaris sobre tècniques de gestió de l'estrès	4	2	
10	Exposició oral Mòdul de malalties i patologies del sector educatiu Sessions de treball en seminaris sobre exercicis de tonificació i enfortiment muscular	4	2	
11	Evidència d'aprenentatge	2		
	Estudi del temari			60
	Recerca d'informació i lectura d'articles			30

Les competències d'aquesta matèria seran avaluades mitjançant: exàmens escrits, tasques individuals i/o en grup, presentacions i/o discussions de texts en classe.

Cadascun d'aquests tres apartats tindrà assignat un pes específic a la qualificació final:

- 2 Proves escrites, amb un pes del 33% i 40% cadascuna
- Tasques individuals i/o en grup: s'avaluaran treballs individuals i en grup amb un pes global del 27%.

Nota Global

La nota global s'obtéindrà a partir de la mitjana ponderada de cadascuna de les evidències d'aprenentatge.

Prova de re-avaluació

En cas de no haver aprovat l'assignatura (nota superior a 5), es podrà presentar a una prova de re-avaluació per a millorar la nota de les evidències d'aprenentatge corresponents a les proves escrites suspeses.

“No presentat”

S'entendrà com a alumne “no presentat” aquells alumnes que no s'hagin presentat a cap de les proves escrites o bé aquells que havent-se presentat a una de les proves escrites no hagin participat en cap de les altres evidències d'aprenentatge.

Bibliografia i recursos d'informació

Bibliografia bàsica

ALMODOVAR MOLINA, M.A. et al. Psicología del trabajo. INSHT, 2006

BERGE, Y. (1997). Vivir tu cuerpo. Para una pedagogía del movimiento. Narcea. Madrid

BERGE, Y. (2000). Danza la vida: el movimiento natural, una autoeducación holística. Narcea. Madrid.

BERTHERAT, T; BERNSTEIN, C. (2002). El cuerpo tiene sus razones. Paidós. Barcelona

DORIA, J.M.; ESPARZA, A.; PARRAS, A. (2007). Curso de relajación: un antídoto a la ansiedad, al estrés y al DEPARTAMENT DE GOVERNACIÓ I ADMINISTRACIONS PÚBLIQUES. Direcció General de la Funció Pública. Protocol per a la detecció i l'actuació en els casos de mobbing o assetjament psicològic laboral. 2004.

DEPARTAMENT DE GOVERNACIÓ I ADMINISTRACIONS PÚBLIQUES. Direcció General de la Funció Pública. Notes sobre l'estrès en l'àmbit laboral. 2005.

DEPARTAMENT DE TREBALL, Direcció General de Relacions Laborals. Manual per a la identificació i avaluació de riscos laborals. 2006. insomnio. VIDEO. Censana. Barcelona.

LÓPEZ GONZÁLEZ, L. (2007). Relajación en el aula: recursos para la educación emocional. Colección Educación Emocional y en valores. Wolters Kluwer. Madrid.

RAICH, R. (2000). Imagen corporal. Conocer y valorar el propio cuerpo. Pirámide. Madrid.

Bibliografia ampliada/complementària

Abozzi (1997). La relajación creativa. Martínez Roca. Barcelona.

Biscarri, J. La formación permanente de los profesores: Motivaciones y condicionantes. Lleida. Institut d'Estudis Ilerdencs 1993.

Biscarri, J. Las solicitudes de excedencia de los maestros como respuesta a la falta de una carrera docente. Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado, 24, 161-172, 1995.

Biscarri, J. De l'antic BUP a la nova ESO: requeriments cognitius per al professorat. GUIX, Elements d'Acció Educativa, 259, 41-43, 1999.

Biscarri, J. Condicionantes contextuales de las atribuciones de los profesores respecto al rendimiento de sus alumnos. Revista de Educación, 323, 475-492, 2000.

Blanch, A.; Aluja, A.; Biscarri, J. Síndrome de quemarse en el trabajo (burnout) y estrategias de afrontamiento: un modelo de relaciones estructurales. Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones, 18, 57-74, 2002.

Buendía, José; Ramos, Francisco. Empleo, estrés y salud. Pirámide, 2001.

Cuenca Álvarez, Rosa. Concepto de riesgos psicosociales. INSHT, 2002.

Cuenca, R. et al. Introducción a la prevención de riesgos laboral es de origen psicosocial. INSHT, 1996.

Esnaola, I. (2007). Alimentación, autoconcepto e imagen corporal, en Revista de Psicología Social. Vol. 22, Pág. (149-163).

Esteve, J.M. El malestar docente. Barcelona. Laia, 1987.

Esteve, J.M. Los profesores ante el cambio social. Barcelona Anthropos, 1995.

Gil Monte, Pedro R. «Aproximaciones psicosociales y estudios diagnósticos sobre el síndrome de quemarse por el trabajo (burnout)». Psicología del Trabajo y de las organizaciones, vol. 16, núm. 2, 2000.

Hirigoyen, Marie-France. El acoso moral en el trabajo. Paidós, 2001.

Hué, C. Bienestar docente y pensamiento emocional. Madrid. Wolters-Kluwer, 2008.

Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT). Notas Técnicas de Prevención, núm. 212, 213, 355, 574, 603, 604 i 703.

James, J. (2006). El lenguaje corporal: proyectar una imagen positiva. Paidós. Barcelona.

Moncada, S.; Llorens, C.; Kristensen, T.S. Método ISTAS21 (CoPsoQ): Manual para la evaluación de riesgos psicosociales en el trabajo. Madrid. Ista 2004

INSHT. Guía técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relativos a la utilización de los lugares de trabajo.

Marchesi, A. Sobre el bienestar de los docentes. Competencias, emociones y valores. Madrid Alianza Editorial, 2007.

Maslach, C. Inventario burnout de maslach (mbi): síndrome del quemado por estrés laboral. TEA, 1997.

Leymann, H. When the job becomes unbearable. Working Environment, 1993.

Ortiz, V.M. Los riesgos de enseñar: la ansiedad de los profesores. Salamanca: Amarú.

Pedró F. El professorat a Catalunya. Barcelona, Fundació Jaume Bofill, 2008.

Peiró, J. M. Desencadenantes del estrés laboral. Pirámide, 2000.

Piñuel y Zabala, Iñaki. Mobbing: como sobrevivir al acoso psicológico en el trabajo. Sal Terrae, 2001.

Riart, J; Martorell, A. L'estrés laboral dels docents. Malalties que pot provocar i propostes terapèutiques. Barcelona ISEP 2009

Riart, J. Martorell, A. Els estressors laborals docents i programes pal·liatius. Barcelona ISEP, 2009.

Vaca, M: (2006). ¡Estoy dentro de mi cuerpo!: el ámbito corporal en la educación y su tratamiento, en Cuadernos de Pedagogía, nº 353, Pág. (26-28).

- Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT)
 - <http://www.insht.es>
- Agència Europea per a la Seguretat i la Salut en el Treball
 - <http://es.osha.europa.eu>
- CCOO
 - [http://www.fe.ccoo.es/ensenanza/menu.do?Condiciones_de_Trabajo_\(Sectores_y_Areas\):Salud_Laboral](http://www.fe.ccoo.es/ensenanza/menu.do?Condiciones_de_Trabajo_(Sectores_y_Areas):Salud_Laboral)
- Comissió Europea
 - <http://ec.europa.eu>
- Departament d'Ensenyament
 - <http://www20.gencat.cat/portal/site/ensenyament/menuitem.cbdab11d5a3f9031c65d3082b0c0e1a0/?vgnextoid=cf970e3a22c05210VgnVCM1000008d0c1e0aRCRD&vgnnextchannel=cf970e3a22c05210VgnVCM1000008d0c1e0aRCRD&vgnnextfmt=default>
- Departament de Treball i Indústria, Generalitat de Catalunya: Manual per a la identificació i avaluació de riscos laborals
 - http://www.gencat.net/treball/departament/activitat/publicacions/seguretat_salut_laboral/guies/manual_riscos/index.html
- Metodologia avaluadora ISTAS21
 - http://www.istas.ccoo.es/descargas/m_metodo_istas21.pdf
- FETE-UGT
 - <http://www.feteugt.es/1.SALUD.LABORAL.39603/0.Noticias..94133.02.2012>
- Prevención Docente
 - <http://www.prevenciondocente.com/indice.htm>
- USTEC
 - <http://www.sindicat.net/salut/index.htm>
 - <http://salutlaboralustec.blogspot.com.es/>