



Universitat de Lleida

GUIA DOCENT

# SALUT I BENESTAR LABORAL

Coordinació: BLANCH PLANA, ANGEL

Any acadèmic 2023-24

## Informació general de l'assignatura

<b>Denominació</b>	SALUT I BENESTAR LABORAL			
<b>Codi</b>	102925			
<b>Semestre d'impartició</b>	1R Q(SEMESTRE) AVALUACIÓ CONTINUADA			
<b>Caràcter</b>	Grau/Màster	Curs	Caràcter	Modalitat
	Grau en Psicologia	4	OPTATIVA	Presencial
<b>Nombre de crèdits assignatura (ECTS)</b>	6			
<b>Tipus d'activitat, crèdits i grups</b>	<b>Tipus d'activitat</b>	PRAULA	TEORIA	
	<b>Nombre de crèdits</b>	1.8	4.2	
	<b>Nombre de grups</b>	1	1	
<b>Coordinació</b>	BLANCH PLANA, ANGEL			
<b>Departament/s</b>	PSICOLOGIA, SOCIOLOGIA I TREBALL SOCIAL			
<b>Informació important sobre tractament de dades</b>	Consulteu <a href="#">aquest enllaç</a> per a més informació.			
<b>Idioma/es d'impartició</b>	Català Castellà Anglès			

Professor/a (s/es)	Adreça electrònica professor/a (s/es)	Crèdits impartits pel professorat	Horari de tutoria/lloc
BLANCH PLANA, ANGEL	angel.blanch@udl.cat	3	
DE LA FUENTE ROMERO, JUAN FRANCISCO	juanfran.delafuente@udl.cat	3	

## Informació complementària de l'assignatura

L'àmbit de la salut i el benestar laboral té diferents dimensions i un caràcter molt interdisciplinari. Per això, des d'aquesta assignatura ho abordarem des d'una perspectiva panoràmica que faciliti una visió global.

Incidirem en la relació ambivalent de l'entorn laboral sobre la salut i el benestar de les persones: pot ser un element patògen (accidents, estrès, burnout...), però també pot ser l'escenari on sigui possible el desenvolupament personal, la satisfacció o la identificació amb un propòsit.

Aquesta ambivalència ens permet dibuixar les possibles aportacions de la psicologia: per una banda, contribuir a identificar, prevenir i intervenir sobre els riscos psicosocials i, per altra banda, fer contribucions rellevants per construir organitzacions saludables, productives i orientades a les persones.

Tot això ho abordarem des d'una perspectiva aplicada, partint de casos pràctics, situacions reals i bones pràctiques que permetin definir les claus per a una contribució rellevant de la psicologia a la salut i el benestar laboral.

## Objectius acadèmics de l'assignatura

**MODUL 1.** Perspectiva global de la salut i el benestar laboral.

### Contexte:

1. Posicionar la salut laboral com a element clau de desenvolupament organitzatiu i sostenibilitat social.
2. Precisar el marc legal i conceptual.
3. Analitzar les llums i les ombres que genera l'evolució de la societat en relació amb la salut laboral.

### Enfocaments:

1. Interpretar el rol i la importància de la prevenció de riscos laborals a les organitzacions.
2. Donar visibilitat a models integrals de gestió de la salut i el benestar laboral.
3. Analitzar les possibilitats i limitacions de gestionar de forma global l'experiència i el compromís de les persones a les organitzacions.

### Integració:

1. Sintetitzar les idees clau i com integrar-les en context organitzatiu.

## MODUL 2.

1. Analitzar la legislació de referència en matèria de salut/benestar laboral (SBL);
2. Conèixer i utilitzar fonts d'informació sobre SBL;
4. Identificar i avaluar riscos laborals específics (ergonòmics/psicosocials);
5. Planificar el desplegament de mesures preventives;

## Competències

CB2 Aplicar els coneixements al treball o vocació d'una forma professional i posseir les competències que solen demostrar-se per mitjà de l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes dins de l'àrea d'estudi.

CB5 Saber desenvolupar aquelles habilitats d'aprenentatge necessàries per emprendre estudis posteriors amb un alt grau d'autonomia.

CG1 Desenvolupar la capacitat d'adaptació a noves situacions i resoldre problemes de manera efectiva.

CG3 Mostrar habilitats per a les relacions interpersonals.

CG4 Reconèixer les diferents perspectives teòriques en relació als temes treballats, comentar les conclusions i prendre decisions.

CG5 Demostrar capacitat crítica per prendre decisions pertinents.

CG6 Reflexionar sobre les pròpies limitacions de manera autocrítica i contemplar la possibilitat de sol·licitar col·laboracions interdisciplinàries.

CG7 Actuar amb creativitat, cultura d'investigació i de comunicació professional.

CG10 Respectar els drets fonamentals d'igualtat entre dones i homes, la promoció dels Drets Humans i els valors propis d'una cultura de pau i de valors democràtics.

CE1 Identificar i analitzar les característiques i les necessitats de les persones, grups i organitzacions, així com dels contextos rellevants per al servei que es sol·licita.

CE3 Aplicar les tècniques de recollida d'informació i obtenir dades rellevants per a l'avaluació dels programes i/o intervencions psicològiques.

CE5 Dissenyar i aplicar una estratègia/pla d'intervenció psicològica, en funció dels contextos o serveis sol·licitats.

CE7 Proporcionar informació als usuaris i establir una relació interpersonal adequada, considerant els diferents contextos de relació professional.

CE8 Elaborar informes tècnics, orals i escrits, dels resultats del procés d'avaluació, de la investigació o dels serveis demandats, respectant el compromís ètic que exigeix la difusió de coneixement psicològic.

CE9 Utilitzar les diferents fonts documentals en psicologia, mostrar un domini de les estratègies necessàries per accedir a la informació i valorar la necessitat d'actualització documental.

CE10 Gestionar, analitzar i interpretar dades en els marcs dels coneixements disciplinaris propis dels diferents àmbits de la psicologia.

CE12 Difondre el coneixement derivat de les revisions teòriques i dels resultats de la investigació psicològica.

CT1 Adquirir una adequada comprensió i expressió oral i escrita en català i castellà.

CT2 Adquirir un domini significatiu d'una llengua estrangera, especialment de l'anglès.

CT3 Adquirir capacitat en l'ús de les noves tecnologies i de les tecnologies de la informació i la comunicació.

CT5 Adquirir nocions essencials del pensament científic.

## Continguts fonamentals de l'assignatura

Els continguts s'estructuren en 2 mòduls diferenciats:

### MÒDUL 1.

1. Contextualització global de la salut i benestar laboral.

2. Organitzacions, salut i benestar laboral I. Gestió de riscos laborals.

3. Organitzacions, salut i benestar laboral II. Entorns saludables.

4. Organitzacions, salut i benestar laboral III. Gestió global de l'experiència de les persones a les organitzacions.

5. Síntesi, integració i gestió del canvi.

## MÒDUL 2.

1. Prevenció de riscos laborals. Ergonomia i factors psicosocials.
2. Antecedents. Diferències individuals. Conseqüències. Models explicatius.
2. Ergonomia i psicociologia aplicada a la prevenció.

## Eixos metodològics de l'assignatura

El professor Juan Francisco de la Fuente impartirà el mòdul 1. El professor Angel Blanch impartirà el mòdul 2.

1. Exposició de conceptes teòrics.
2. Lectura i síntesi de materials.
3. Exercicis pràctics.
4. Anàlisi de bones pràctiques, experiències i casos d'èxit
5. Anàlisi de material audiovisual.
6. Classe inversa.
7. Reflexions i debats.

## Pla de desenvolupament de l'assignatura

### Mòdul 1.

Setmana 1 y 2. Contextualització.  
Setmana 3, 4 y 5. Enfocament prevenció.  
Setmana 6. Organitzacions saludables.  
Setmana 7. Gestió global de l'experiència de les persones.  
Setmana 8. Integració.

### Mòdul 2.

9. Presentació i inici del Mòdul 2. Prova d'avaluació continuada 2 (PAC 2 grupal)
10. Exposició de continguts teòrics.
11. Exercicis pràctics i resolució de problemes.
12. Correcció i revisió d'exercicis.
13. Exposició de continguts teòrics.
14. Exercicis pràctics i resolució de problemes.
15. Prova d'avaluació continuada 2 (PAC 2 individual).

## Sistema d'avaluació

**Mòdul 1** (50 % de la nota final)

**Evidència 1.1** (25 %)

Valoració de preparació de les classes, assistència i participació.

**Evidència 1.2** (25 %)

Cas pràctic transversal.

## Adaptació avaluació alternativa

### Evidència 1.1 (25 %)

Els alumnes en avaluació alternativa, així com aquells que no assisteixin amb regularitat a classe (<80%), realitzaran un examen final, basat en els continguts del mòdul.

### Evidència 1.2 (25 %)

Els alumnes en situació d'avaluació alternativa realitzaran de forma individual i autònoma les activitats corresponents a l'evidència 1.2.

## Mòdul 2 (50 % de la nota final)

1. Treball grupal (25%);
2. Examen individual (25%);

## Avaluació alternativa

Examen individual (50%)

## Nota final

La qualificació final (Q) de l'assignatura és  $Q = \text{Mòdul 1} + \text{Mòdul 2}$ . Per superar l'assignatura cal obtenir  $Q > 5.00$ . Les característiques i activitats concretes de cada evidència d'avaluació s'exposaran a l'aula.

## Bibliografia i recursos d'informació

### LEGISLACIO

Ley 31/1995, de 8 de noviembre de Prevención de Riesgos Laborales. BOE, 10 de noviembre de 1995.

Real Decreto 39/1997, de 17 de enero, del Reglamento de los Servicios de Prevención. BOE, 31 de enero de 1997.

Real Decreto 485/1997, 14 de abril, sobre disposiciones mínimas en materia de señalización de seguridad y salud en el trabajo.

Real Decreto 486/1997, de 14 de abril de 1997, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo. BOE, 23 de abril de 1997.

Real Decreto 487/1997, de 14 de abril de 1997, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la manipulación manual de cargas que entrañe riesgos, en particular dorso-lumbares, para los trabajadores. BOE, 23 de abril de 1997.

Real Decreto 488/1997, de 14 de abril de 1997, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas al trabajo con equipos que incluyen pantallas de visualización. BOE, 23 de abril de 1997.

Real Decreto 1215/1997, de 18 de julio por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud para la utilización por los trabajadores de los equipos de trabajo.

Real Decreto 1/1995, de 24 de marzo de 1995, por el que se aprueba el texto refundido de la ley del estatuto de los trabajadores. BOE, 29 de marzo de 1995.

### TÈCNIQUES PREVENTIVES

Bestratén Belloví, M. (1996). Observaciones planeadas del trabajo. *Notas Técnicas de Prevención*, 386. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo.

Bestratén Belloví, M., & Pareja Malagón, F. (1993). Sistema simplificado de evaluación de riesgos de accidente. *Notas Técnicas de Prevención*, 330. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo.

Chavarría Cosar, R. (1988). Evaluación de las condiciones de trabajo: Método de los perfiles de puestos. *Notas Técnicas de Prevención*, 176. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo.

Chavarría Cosar, R. (1989). Ergonomía: Análisis ergonómico de los espacios de trabajo en oficinas. *Notas Técnicas de Prevención*, 242. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo.

Nogareda Cuixart, S. (1996). Evaluación de las condiciones de trabajo: Método del análisis ergonómico del puesto de trabajo. *Notas Técnicas de Prevención*, 387. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el

Trabajo.

Villar Fernández, M.F., Begueira Latorre, P.A. (1989). Pantallas de visualización de datos (PVD): Fatiga postural. *Notas Técnicas de Prevención*, 232. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo.

## FACTORS PSICOSOCIALS

Blanch, A., & Aluja, A. (2012). Social support (family and supervisor), work-family conflict, and burnout: Sex differences. *Human Relations*, 65(7), 811-833.

Blanch, A., & Aluja, A. (2013). A regression tree of the aptitudes, personality, and academic performance relationship. *Personality and Individual Differences*, 54(6), 703-708.

Blanch, A., Aluja, A. & Biscarri, J. (2002). 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.

Blanch, A. Torrelles, B., Aluja, A., & Salinas, J.A. (2009). Age and lost working days as a result of an occupational accident: A study in a shiftwork rotation system. *Safety Science*, 47, 1359-1363.

Martín Daza, F. (1993). El estrés: proceso de generación en el ámbito laboral. *Notas Técnicas de Prevención*, 318. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo.

Nogareda Cuixart, S. (1994). Fisiología del estrés. *Notas Técnicas de Prevención*, 355. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo.

Peiró, J.M. (1992). *Desencadenantes del estrés laboral*. Madrid: Eudema, S.A.

Peiró, J.M. & Salvador, A. (1993). *Control del estrés laboral*. Madrid: Eudema, S.A.

Vega, S. (2003). Riesgo psicosocial: El modelo demanda-control-apoyo social (I). *Notas Técnicas de Prevención*, 603. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo.

Vega, S. (2003). Riesgo psicosocial: El modelo demanda-control-apoyo social (II). *Notas Técnicas de Prevención*, 604. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo.

Recursos d'informació:

Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST): <https://www.insst.es>

Institut Català de Seguretat i Salut Laboral (ICSSL): [https://treball.gencat.cat/ca/ambits/seguretat\\_i\\_salut\\_laboral](https://treball.gencat.cat/ca/ambits/seguretat_i_salut_laboral)