



GUÍA DOCENTE  
**SALUD Y BIENESTAR PROFESIONAL**

Coordinación: Eduardo Blanco Calvo

Año académico 2014-15

## Información general de la asignatura

Denominación	SALUD Y BIENESTAR PROFESIONAL
Código	100913
Semestre de impartición	1r Semestre Evaluación Continua
Carácter	Obligatoria
Número de créditos ECTS	6
Créditos teóricos	0
Créditos prácticos	0
Coordinación	Eduardo Blanco Calvo
Departamento/s	Didácticas Específicas / Pedagogía y Psicología
Modalidad	Presencial
Información importante sobre tratamiento de datos	Consulte <a href="#">este enlace</a> para obtener más información.
Idioma/es de impartición	Castellano y catalán
Grado/Máster	Grado en Educación Social

M.Carme Jové  
Eduardo Blanco Calvo

## Objetivos académicos de la asignatura

- Profundización de los conocimientos en salud y prevención.
- Dominio de habilidades para reconocer las alteraciones más frecuentes en el ámbito laboral y de escalas diagnósticas.
- Interpretar los resultados de una investigación en salud y bienestar laboral.
- Utilizar los resultados de la investigación para evaluar, diagnosticar, prevenir e intervenir en la prevención de la salud laboral.
- Identificar y describir la naturaleza y características psicobiológicas de las alteraciones psicosociales.
- Identificar las principales alteraciones y naturaleza de las afectaciones foniatricas.
- Identificar los principales trastornos musculoesqueléticos asociados a la actividad docente.
- Identificar técnicas básicas de prevención y afrontamiento de las principales alteraciones laborales.
- Entender el significado y la necesidad de garantizar unas condiciones de trabajo higiénicas.
- Conocer los fundamentos de la higiene y la investigación en enfermedades
- Adquirir conocimientos generales necesarios sobre los diferentes sistemas de medición y control de los diferentes factores de riesgo
- Tener la capacidad para evaluar los procesos y métodos de trabajo, desde un punto de vista de la posible generación de alteraciones
- Ser capaz de definir la peligrosidad y los posibles sistemas de protección ante los diferentes riesgos en el medio laboral
- Conocer los procesos reguladores psicológicos que intervienen en el concepto de salud y calidad profesional.
- Identificar las propias posibilidades y limitaciones tanto en el ámbito personal como en el desarrollo de la práctica profesional.
- Distinguir las diferentes variables psicosociales que pueden incidir en un proceso de vida laboral sana y satisfactoria en el ámbito de la educación social.
- Analizar necesidades y diseñar proyectos y actividades de intervención socioeducativa en el ámbito de la salud y calidad profesional.
- Desarrollar estrategias para promocionar el propio bienestar personal y profesional: regulación emocional, autonomía personal.

## Competencias

Capacidad crítica, de análisis y de organización

Comunicación oral y escrita

Capacidad de trabajo en equipo

Compromiso ético

Saber gestionar la información y tener un buen dominio de las TIC en el contexto profesional.

Analizar necesidades así como diseñar, aplicar y evaluar planes, programas, proyectos y actividades de intervención en contextos diversos

### Competencias transversales

Desarrollar la capacidad crítica de análisis, de síntesis, de organización y de planificación.

Adquirir habilidades de comunicación, pudiendo transmitir de forma concreta y precisa la información.

Saber trabajar en equipo.

Utilizar las fuentes documentales y mostrar un dominio en las estrategias de acceso a la información.

Analizar trabajos, artículos, investigaciones de la profesión desde una perspectiva crítica.

Valorar los puntos fuertes y débiles de un trabajo de investigación, sabiendo analizar las implicaciones prácticas y teóricas del mismo.

Utilizar las tecnologías de la información

### Competencias específicas

Situar la figura y la actividad del educador, desde sus diferentes vertientes, como objeto de estudio como factor relevante en la calidad de los procesos de enseñanza / aprendizaje

Relacionar y contextualizar los diversos aspectos de la actividad docente con las demandas y los procesos de cambio social

Incorporar y compartir actitudes de reflexión y de autoconocimiento aplicables a la vida profesional docente

Conocer los factores de riesgo que comporta el ejercicio de la profesión docente

Aprender y ejercitar técnicas y habilidades docentes para prevenir y afrontar el malestar docente

Dominar la terminología sobre salud y prevención para comprender e interactuar eficazmente con otros profesional.

Analizar necesidades así como diseñar, aplicar y evaluar planes, programas, proyectos y actividades de intervención en contextos diversos

## Contenidos fundamentales de la asignatura

### Módulo de trabajo corporal

- Desarrollo de estrategias para la relación con los demás y el trabajo en equipo
- La autonomía personal: Toma de conciencia y aceptación
- Globalidad de la persona. equilibrio personal
- Disponibilidad corporal: imagen corporal, esquema corporal, conciencia corporal, relajación y empatía

### Módulo de Salud e Higiene

- Unidad didáctica 1 Introducción a la prevención de riesgos laborales
- Unidad didáctica 2 Marco normativo básico en materia de prevención de riesgos laborales
- Unidad didáctica 3 El accidente de trabajo y la enfermedad profesional

### Módulo de Riesgos Generales y su prevención

- Unidad didáctica 1 Los riesgos ligados a las condiciones de Seguridad
- Unidad didáctica 2 Los riesgos ligados al medio ambiente de trabajo
- Unidad didáctica 3 Sistemas elementales de control de riesgos. Protección colectiva e individual
- Unidad didáctica 4 Primeros auxilios

### Módulo de enfermedades y patologías del sector educativo

- Unidad didáctica 1 Trastornos foniatrícos
- Unidad didáctica 2 Trastornos de origen psicosocial
- Unidad didáctica 3 Trastornos músculo-esqueléticos

## Ejes metodológicos de la asignatura

*Clases magistrales con soporte de TIC y debate en gran grupo.*

*Búsqueda de documentación sobre un tema, presentación oral y turno de valoraciones.*

*Sesiones prácticas. Fundamentalmente mediante la utilización de simulaciones informáticas y estudio de casos.*

*Introducción de las sesiones en los seminarios, presentación del texto, valoración y discusión*

*Tutorías de apoyo a la realización de un proyecto*

*Lectura comprensiva de textos*

*Trabajo individual o en grupo sobre el conjunto de material disponible de clases, textos, revistas, etc*

*Realización de esquemas, mapas conceptuales y resúmenes.*

*Recensiones, estudios bibliográficos (individuales o en grupo) a partir de una guía para su realización ..*

## Sistema de evaluación

*Las competencias de esta materia serán evaluadas mediante: exámenes escritos, tareas individuales y / o en grupo, presentaciones y / o discusiones de textos en clase.*

*Cada uno de estos tres apartados tendrá asignado un peso específico en la calificación final:*

- 3 Pruebas escritas, con un peso del 25% cada una
- Tareas individuales y / o en grupo: se evaluarán trabajos individuales y en grupo con un peso global del 15%. En concreto habrá trabajo individualizada que tendrá un peso del 7,5% de la nota final y trabajo en grupo con un peso del 7,5% de la nota final. Estos trabajos se realizarán con el apoyo de sistemas wiki.
- Presentaciones y discusiones de textos en clase: tendrán un peso global del 10%.

### **Nota Global**

*La nota global se obtendrá a partir de la media ponderada de cada una de las evidencias de aprendizaje.*

### **Prueba de re-evaluación**

*En caso de no haber aprobado la asignatura (nota superior a 5), se podrá presentar a una prueba de re-evaluación para mejorar la nota de las evidencias de aprendizaje correspondientes a las pruebas escritas suspendidas.*

### **"No presentado"**

*Se entenderá como alumno "no presentado" aquellos alumnos que no se hayan presentado a ninguna de las pruebas escritas o bien aquellos que habiéndose presentado a una de las pruebas escritas no hayan participado en ninguna de las otras evidencias de aprendizaje .*

## Bibliografía y recursos de información

### Bibliografía básica

- ALMODOVAR MOLINA, M.A. et al. *Psicosociología 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.

### Bibliografía ampliada/complementaria

- 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 laborales 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\\_\(Sectoros\\_y\\_Areas\):Salud\\_Laboral](http://www.fe.ccoo.es/ensenanza/menu.do?Condiciones_de_Trabajo_(Sectoros_y_Areas):Salud_Laboral)
- Comissió Europea
  - <http://ec.europa.eu>
- Departament d'Ensenyament
  - <http://www20.gencat.cat/portal/site/ensenyament/menuitem.cbdab11d5a3f9031c65d3082b0c0e1a0/?vgnextoid=cf970e3a22c05210VgnVCM1000008d0c1e0aRCRD&vgnextchannel=cf970e3a22c05210VgnVCM1000008d0c1e0aRCRD&vgnextfmt=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](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](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/>