



Universitat de Lleida

GUÍA DOCENTE  
**SALUD Y BIENESTAR  
LABORAL**

Coordinación: DE LA FUENTE ROMERO, JUAN  
FRANCISCO

Año académico 2021-22

## Información general de la asignatura

<b>Denominación</b>	SALUD Y BIENESTAR LABORAL			
<b>Código</b>	102925			
<b>Semestre de impartición</b>	1R Q(SEMESTRE) EVALUACIÓN CONTINUADA			
<b>Carácter</b>	<b>Grado/Máster</b>	<b>Curso</b>	<b>Carácter</b>	<b>Modalidad</b>
	Grado en Psicología	4	OPTATIVA	Presencial
<b>Número de créditos de la asignatura (ECTS)</b>	6			
<b>Tipo de actividad, créditos y grupos</b>	<b>Tipo de actividad</b>	PRAULA	TEORIA	
	<b>Número de créditos</b>	1.8	4.2	
	<b>Número de grupos</b>	1	1	
<b>Coordinación</b>	DE LA FUENTE ROMERO, JUAN FRANCISCO			
<b>Departamento/s</b>	PSICOLOGIA			
<b>Información importante sobre tratamiento de datos</b>	Consulte <a href="#">este enlace</a> para obtener más información.			

Profesor/a (es/as)	Dirección electrónica\nprofesor/a (es/as)	Créditos impartidos por el profesorado	Horario de tutoría/lugar
DE LA FUENTE ROMERO, JUAN FRANCISCO	juanfran.delafuente@udl.cat	6	

## Objetivos académicos de la asignatura

1. Analizar la legislación de referencia en materia de salud / bienestar laboral (SBL);
2. Conocer y utilizar fuentes de información sobre SBL;
3. Identificar y evaluar riesgos laborales genéricos;
4. Identificar y evaluar riesgos laborales específicos (ergonómicos / psicosociales);
5. Planificar el desarrollo de medidas preventivas;

## Competencias

### Competencias básicas:

CB2 Aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio.

CB3 Capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética.

CB5 Saber desarrollar aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía

### Competencias Generales:

CG1 Desarrollar la capacidad de adaptación a nuevas situaciones y resolver problemas de una manera efectiva.

CG2 Desarrollar la capacidad para trabajar en equipos multidisciplinares y colaborar de manera eficiente con otros profesionales.

CG3 Mostrar habilidades para las relaciones interpersonales.

CG5 Demostrar capacidad crítica para tomar decisiones pertinentes.

CG10 Respetar los derechos fundamentales de igualdad entre hombres y mujeres, la promoción de los Derechos Humanos y los valores propios de una cultura de paz y de valores democráticos.

### Competencias Específicas:

CE1 Identificar y analizar las características y las necesidades de las personas, grupos y organizaciones, así como de los contextos relevantes para el servicio que se solicita.

CE2 Planificar la evaluación de los programas y/o intervenciones psicológicas, seleccionando los indicadores y técnicas adecuados.

CE6 Responder y actuar de forma adecuada y profesional, teniendo en cuenta las actitudes y valores de la profesión, así como su código ético y deontológico, en todos y cada uno de los procesos de intervención.

CE7 Proporcionar información a los usuarios y establecer una relación interpersonal adecuada, teniendo en cuenta los diferentes contextos de relación profesional.

CE8 Elaborar informes técnicos, orales y escritos, sobre los resultados del proceso de evaluación, de la investigación o de los servicios demandados, respetando el compromiso ético que exige la difusión de conocimiento psicológico.

CE12 Difundir el conocimiento derivado de las revisiones teóricas y de los resultados de la investigación psicológica.

### **Competencias Transversales:**

CT1 Adquirir una adecuada comprensión y expresión oral y escrita del catalán y del castellano.

CT2 Adquirir un dominio significativo de una lengua extranjera, especialmente del inglés.

CT3 Adquirir capacitación en el uso de las nuevas tecnologías y de las tecnologías de la información y la comunicación.

CT4 Adquirir conocimientos básicos de emprendeduría y de los entornos profesionales.

CT5 Adquirir nociones esenciales del pensamiento científico.

## Contenidos fundamentales de la asignatura

Los contenidos se estructuran en 2 módulos diferenciados:

### MODULO 1.

1. Contextualización global de la salud y bienestar laboral. Dimensionamiento y conceptos clave. Impacto de la salud Y bienestar laboral. Marco legislativo. Factores de riesgo. Sociedad y bienestar.
2. Organizaciones y salud laboral. Gestión de la salud laboral en las organizaciones. Modalidades de gestión. Técnicas preventivas. Integración. Tendencias y retos para las organizaciones.
3. Personas y salud laboral. Competencias de personas y equipos. Actitudes y valores en torno a la salud laboral. Tendencias y retos para las personas.

### MÓDULO 2.

1. Ergonomía. Antropometría. Biomecánica. Ergonomía ambiental. Ergonomía cognitiva. Necesidades especiales.
2. Factores psicosociales. Antecedentes. Diferencias individuales. Moderadores y mediadores. Consecuencias. Modelos explicativos.
3. Ergonomía y psicología aplicada a la prevención del estrés laboral.

## Ejes metodológicos de la asignatura

1. Exposición de conceptos teóricos;
2. Lectura y síntesis de materiales;
3. Ejercicios prácticos;
4. Análisis de prácticas y experiencias;
5. Clase inversa;
6. Simulaciones;
7. Reflexiones, debates;

## Plan de desarrollo de la asignatura

Semana. Actividades.

1. Presentación de la asignatura e inicio del Módulo 1. Prueba de evaluación continua 1 (PEC 1 grupal).
2. Exposición de contenidos teóricos.
3. Ejercicios prácticos y resolución de problemas.
4. Corrección y revisión de ejercicios.
5. Exposición de contenidos teóricos.

6. Ejercicios prácticos y resolución de problemas.
7. Prueba de evaluación continua 1 (PEC 1 individual).
8. Presentación e inicio del Módulo 2. Prueba de evaluación continua 2 (PEC 2 grupal).
9. Exposición de contenidos teóricos.
10. Ejercicios prácticos y resolución de problemas.
11. Corrección y revisión de ejercicios.
12. Exposición de contenidos teóricos.
13. Ejercicios prácticos y resolución de problemas.
14. Ejercicios prácticos y resolución de problemas.
15. Prueba de evaluación continua 2 (PEC 2 individual)..

## Sistema de evaluación

La evaluación de la asignatura es continua y sumativa, con 2 pruebas de evaluación continua (PECs). Las dos pruebas tienen el mismo peso específico (5 puntos) sobre la calificación global (Q). Se prevé que cada prueba conste de dos ejercicios, uno individual y un grupal.

	PEC 1 (5 puntos)	PEC2 (5 puntos)
MODULO 1	1. Prueba grupal (2.5 puntos);	1. Prueba grupal (2.5 puntos);
MODULO 2	2. Prueba individual (2.5 puntos);	2. Prueba individual (2.5 puntos);

La calificación final (Q) de la asignatura se  $Q = PEC1 + PEC2$ . Para superar la asignatura es necesario obtener  $Q > 05:00$ . Las características de las PECs se expondrán en el aula.

Evaluación alternativa: Ejercicio individual de la PEC1 y la PEC2 con una valoración de 5 puntos por cada prueba.

## Bibliografía y recursos de información

### LEGISLACION

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.

### TÉCNICAS PREVENTIVAS

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.

Chavarria 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.

#### FACTORES PSICOSOCIALES

- 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 de información:

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)