Universidad de Navarra

Promoción, prevención e intervención para la salud y bienestar psicológico (MPGS-PAM)

Guía docente 2025-26

PRESENTACIÓN

Asignatura: **Promoción, prevención e intervención para la salud y bienestar psicológico (MPGS-PAM)**

Breve descripción:

Promoción, prevención e intervención: herramientas actuales para el bienestar psicológico y la salud pública

La asignatura "Promoción, prevención e intervención para la salud y bienestar psicológico" tiene como objetivo dotar al alumnado del Máster Universitario en Psicología General Sanitaria de los conocimientos, actitudes y habilidades necesarias para diseñar y aplicar programas eficaces de promoción de la salud y prevención de la enfermedad, con especial atención a factores emergentes como las adicciones comportamentales, el estrés, los estilos de vida, y las necesidades específicas de colectivos vulnerables.

El enfoque de esta asignatura parte del modelo biopsicosocial y de la concepción de la salud como un estado de bienestar positivo, más allá de la mera ausencia de enfermedad. Desde esta perspectiva, se exploran herramientas prácticas basadas en la evidencia para intervenir sobre los principales factores psicosociales que afectan a la salud en la actualidad.

Además, se integra de forma transversal el uso de tecnologías emergentes —como la eHealth, mHealth y la evaluación ecológica momentánea— no solo como instrumentos de evaluación o intervención, sino también como elementos clave para el diseño de programas innovadores, adaptados a contextos cambiantes y digitalizados. El alumnado aprenderá a utilizar bases de datos científicas, diseñar protocolos de intervención y evaluación, y desarrollar competencias digitales esenciales para el ejercicio profesional mediante un proyecto personal que se desarrolla de forma práctica a lo largo de toda la asignatura y que permite aplicar de forma inmediata los conceptos de la asignatura. La asignatura también fomenta el desarrollo de habilidades de trabajo en equipo, comunicación y pensamiento crítico, y promueve una actitud ética y comprometida con la promoción de la equidad en salud, especialmente en el trabajo con poblaciones en situación de vulnerabilidad, como infancia, personas mayores o colectivos con riesgo social.

¿Qué aporta esta asignatura a la práctica profesional?

El futuro psicólogo o psicóloga general sanitaria podrá aplicar de forma autónoma y rigurosa conocimientos y competencias para diseñar e implementar programas de promoción de la salud física y mental en diferentes contextos (clínico, educativo, comunitario, etc.), abordar problemáticas emergentes como las adicciones no químicas, intervenir sobre el estrés y fomentar estilos de vida saludables. Asimismo, estará capacitado para incorporar tecnologías digitales en su práctica profesional, adaptando las intervenciones a las necesidades de distintas poblaciones.

Se trata de una asignatura orientada a la acción profesional informada por la evidencia, que prepara al alumnado para responder a las nuevas demandas sociales en salud mental y salud pública, contribuyendo a generar entornos más saludables y resilientes.

Contenidos de la asignatura:

- ¿Qué objetivos persigue la promoción de la salud?
- El estrés como factor de vulnerabilidad a la enfermedad y su tratamiento
- Promoción de conductas y estilos de vida saludables
- Adicciones comportamentales
- Modificación de conductas específicas relacionadas con la salud
- Impacto de la transformación digital y tendencias tecnológica mHealth y eHealth
- Competencias a nivel tecnológico que debe tener un psicólogo general sanitario.
- Promoción de la salud mediante nuevas tecnologías: programas innovadores
- Promoción de salud social comunitaria, en Infancia y en la tercera edad
- Programas de prevención de salud.
- Programas de intervención en salud

Titulación: Máster en Psicología General Sanitaria

Módulo 2: Evaluación e intervención en Psicología de la salud.

Materia 2.4: Optativas

ECTS: 3

Curso, semestre: 1er Curso, 2º Cuatrimestre

Carácter: Obligatorio

Profesorado:

- Diana Virginia Castilla López (Coord.) dcastillalo@external.unav.es
- Juana María Bretón López. jbretonlop@external.unav.es

Idioma: Castellano

Aula, Horario: Edificio Amigos, aula M6. de 16:00h a 20:00h

RESULTADOS DE APRENDIZAJE (Competencias)

Competencias de Conocimiento

RA2 - Conocer en profundidad la naturaleza psicológica del comportamiento humano, así como los factores sociales y biológicos que le pueden afectar.

RA3 - Conocer en profundidad la naturaleza psicológica de los trastornos del comportamiento humano.

RA5 - Conocer en profundidad los factores psicosociales asociados a los problemas de salud y enfermedad.

RA6 - Conocer en profundidad los factores biológicos y psicosociales asociados a los problemas de salud y enfermedad, especialmente los relacionados con la salud mental. TIPO: Conocimientos o contenidos

RA7 - Conocer en profundidad los distintos modelos de evaluación e intervención en el campo de la Psicología General Sanitaria, así como las técnicas y procedimientos que de ellos se derivan para el abordaje de los trastornos del comportamiento y los factores psicológicos asociados con los problemas de salud.

RA10 - Poseer y comprender conocimientos que aporten una base u oportunidad de ser originales en el desarrollo y/o aplicación de ideas, a menudo en un contexto de investigación.

Competencias Procedimentales

RA11 - Que los estudiantes sean capaces de integrar conocimientos y enfrentarse a la complejidad de formular juicios a partir de una información que, siendo incompleta o limitada, incluya reflexiones sobre las responsabilidades sociales y éticas vinculadas a la aplicación de sus conocimientos y juicios. TIPO: Conocimientos o contenidos

RA14 - Desarrollar su trabajo desde la perspectiva de la calidad y la mejora continua, con la capacidad autocrítica necesaria para un desempeño profesional responsable. TIPO: Competencias

RA16 - Aplicar los fundamentos de la bioética y el método de deliberación en la práctica profesional, ajustándose su ejercicio como profesional sanitario a lo dispuesto en la Ley 44 /2003, de 21 de noviembre, de ordenación de las profesiones sanitarias. TIPO: Competencias

RA18 - Que los estudiantes posean las habilidades de aprendizaje que les permitan continuar estudiando de un modo que habrá de ser en gran medida autodirigido o autónomo. TIPO: Competencias

RA20 - Demostrar la habilidad de crear un clima profesional que favorezca los procesos de comunicación, tanto individuales como grupales.

RA21 - Analizar críticamente y utilizar las fuentes de información clínica.

RA24 - Formular hipótesis de trabajo en investigación y recoger y valorar de forma crítica la información para la resolución de problemas, aplicando el método científico.

RA25 - Planificar, realizar y, en su caso, supervisar el proceso de evaluación psicológica del comportamiento humano y de los factores psicológicos asociados con los problemas de salud para establecer la evaluación de los mismos.

RA26 - Diseñar, desarrollar y en su caso supervisar y evaluar planes y programas de intervención psicológica, en función de la evaluación psicológica y de las variables individuales y sociales concurrentes en cada caso.

RA27 - Realizar actividades de promoción y de educación para la salud psicológica individual y comunitaria.

RA30 - Demostrar capacidad de análisis, razonamiento crítico y síntesis.

Universidad de Navarra

Competencias Actitudinales

RA28 - Que los estudiantes sepan aplicar los conocimientos adquiridos y su capacidad de resolución de problemas en entornos nuevos o poco conocidos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionados con su área de estudio.

RA29 - Adquirir una formación aplicada, avanzada y especializada en un cuerpo de conocimientos teóricos, prácticos y técnicos que permitan a los profesionales desenvolverse en el ámbito de la psicología de la salud.

RA31 - Adquirir las habilidades necesarias para abordar los diversos problemas que pueden plantearse en el ejercicio de la profesión de Psicólogo General Sanitario y para tomar decisiones con responsabilidad.

PROGRAMA

Todas las sesiones formativas estarán compuestas por clases teórico-prácticas de 4 horas. Las sesiones 1- 3 serán impartida por la Profesora Juana Mª Bretón López. Las sesiones 4-7 serán impartidas por la Profesora Diana Castilla López.

Sesión 1. FUNDAMENTOS DE LA PROMOCIÓN DE LA SALUD

BLOQUE TEÓRICO (2h):

- Promoción de la salud: ámbitos de actuación.
- ¿Qué objetivos persigue la promoción de la salud?
- Salud positiva y modelo biopsicosocial.
- Rol del psicólogo general sanitario en este ámbito.

BLOQUE PRÁCTICO (2h):

- Elección del tema del proyecto
- Búsqueda de artículos en bases de datos Web of Science y Scopus

Sesión 2 y Sesión 3. ADICCIONES COMPORTAMENTALES COMO PROBLEMA EMERGENTE DE SALUD PÚBLICA (4h teoría + 4h práctica)

BLOQUE TEÓRICO SS2 (2h) y SS3 (2h):

- Adicciones comportamentales. Conceptualización general y ejemplos (uso de pantallas, juego, compras, etc.).
- Evaluación psicológica en juego patológico.
- Prevención e intervención psicológica en adicciones comportamentales. Factores de riesgo/protección y vulnerabilidad.
- Tecnologías aplicadas en adicciones comportamentales

BLOQUE PRÁCTICO SS2 (2h):

- Propuesta de índice objetivos, tipo de población.

BLOQUE PRÁCTICO SS3 (2h):

- Elaboración del protocolo. Propuesta de evaluación basada en la evidencia.

Sesión 4. ESTRÉS Y ESTILOS DE VIDA COMO FACTORES DE RIESGO EN SALUD

BLOQUE TEÓRICO (2h):

- El estrés como factor de vulnerabilidad a la enfermedad.
- Estrategias de afrontamiento y prevención.
- Promoción de conductas y estilos de vida saludables.
- Modificación de conductas específicas relacionadas con la salud.
- Competencias digitales del psicólogo general sanitario.
- Impacto de la transformación digital y tendencias tecnológicas.
- Programas innovadores de promoción de la salud mediante Tecnologías.

BLOQUE PRÁCTICO (2h):

- Elaboración del protocolo. Propuesta de componentes de intervención basados en la evidencia

Sesión 5. PROMOCIÓN E INTERVENCIÓN EN SALUD EN COLECTIVOS VULNERABLES

BLOQUE TEÓRICO (2h):

- Promoción de la salud social comunitaria.
- Aplicaciones específicas en infancia y tercera edad.
- Diseño de programas de prevención e intervención para poblaciones específicas.
- mHealth, eHealth y aplicaciones relevantes en psicología sanitaria.
- Tecnologías aplicadas para colectivos vulnerables.

BLOQUE PRÁCTICO (2h):

- Elaboración de agenda de sesiones.

Sesión 6. EVALUACIÓN PSICOLÓGICA EN CONTEXTOS DE SALUD

BLOQUE TEÓRICO (2h):

- Evaluación biopsicosocial: objetivos y herramientas.
- Técnicas e instrumentos adaptados a diferentes contextos.
- Aplicación en programas de promoción e intervención.
- Tecnologías de evaluación e intervención momentánea ecológica.

BLOQUE PRÁCTICO (2h):

- Revisión de propuestas y preparación de la sesión oral.

Sesión 7. EXPOSICIÓN ORAL Y EVALUACIÓN DE TRABAJOS (4h)

Universidad de Navarra

ACTIVIDADES FORMATIVAS

4.1. CONCEPTUALES

AF1 Clases presenciales teóricas: Entendidas como sesiones educativas que se llevan a cabo en un entorno físico, como un aula o auditorio, donde un instructor o profesor presenta y explica conceptos, teorías, principios o información de manera principalmente verbal. En estas clases, el énfasis está en la transmisión de conocimientos y la comprensión de los contenidos por parte de los estudiantes.(C)

AF2 Clases presenciales prácticas: Entendidas como sesiones educativas en las que los estudiantes participan activamente en actividades prácticas relacionadas con el tema de estudio. A diferencia de las clases teóricas, donde el énfasis está en la transmisión de información verbal, las clases presenciales prácticas se centran en la aplicación práctica de los conocimientos adquiridos. Durante las clases presenciales prácticas, los estudiantes pueden realizar una variedad de actividades, que pueden incluir trabajo en grupo y demostraciones prácticas por parte del instructor. Estas actividades están diseñadas para ayudar a los estudiantes a comprender y aplicar los conceptos teóricos aprendidos en las clases teóricas. Proporcionan una oportunidad para desarrollar habilidades prácticas, habilidades de resolución de problemas y habilidades de trabajo en equipo. (C)

4.2. PROCEDIMENTALES

AF3 Resolución de problemas (ejercicios) de forma individual o grupal. El profesor plantea cuestiones que requieren el estudio y el análisis de cuestiones. (P)

AF4 Trabajos dirigidos: Se refiere a actividades supervisadas por un tutor o docente en las que los estudiantes llevan a cabo tareas específicas relacionadas con su área de estudio. Estos trabajos pueden incluir la realización de investigaciones, la elaboración de informes, la resolución de problemas o cualquier otra actividad asignada por el tutor para complementar el aprendizaje.(P)

AF5 Tutorías: son sesiones individuales o grupales en las que un tutor o profesor brinda apoyo académico y orientación a los estudiantes. Durante las tutorías, los estudiantes pueden plantear dudas, recibir explicaciones adicionales sobre temas específicos, revisar su progreso académico y recibir orientación sobre cómo mejorar su desempeño académico. (P)

AF6 Estudio personal: Se refiere al tiempo dedicado por los estudiantes para estudiar de manera independiente fuera del aula. Durante el estudio personal, los estudiantes revisan el material de lectura asignado, realizan ejercicios prácticos, repasan notas de clase, se preparan para exámenes y profundizan en los temas tratados en clase. (P)

M1 Clases expositivas teóricas/ Método expositivo. Sesiones magistrales conducidas por el profesor encargado de la asignatura o de otro profesor invitado.(P)

M2 Estudio y discusión de casos. Clases prácticas en las que se trabaja con el método del caso y del aprendizaje basado en problemas. El profesor puede diseñar simulaciones de la realidad que ayuden al alumno a comprender la validez de lo que aprende para resolver problemas concretos y reales.(P)

M3 Resolución de problemas (ejercicios) de forma individual o grupal. El profesor plantea cuestiones que requieren el estudio y el análisis de cuestiones.(P)

4.3. ACTITUDINAL

AF3 Resolución de problemas (ejercicios) de forma individual o grupal. El profesor plantea cuestiones que requieren el estudio y el análisis de cuestiones. (P)

AF4 Trabajos dirigidos: Se refiere a actividades supervisadas por un tutor o docente en las que los estudiantes llevan a cabo tareas específicas relacionadas con su área de estudio. Estos trabajos pueden incluir la realización de investigaciones, la elaboración de informes, la resolución de problemas o cualquier otra actividad asignada por el tutor para complementar el aprendizaje.(P)

AF5 Tutorías: son sesiones individuales o grupales en las que un tutor o profesor brinda apoyo académico y orientación a los estudiantes. Durante las tutorías, los estudiantes pueden plantear dudas, recibir explicaciones adicionales sobre temas específicos, revisar su progreso académico y recibir orientación sobre cómo mejorar su desempeño académico. (P)

AF6 Estudio personal: Se refiere al tiempo dedicado por los estudiantes para estudiar de manera independiente fuera del aula. Durante el estudio personal, los estudiantes revisan el material de lectura asignado, realizan ejercicios prácticos, repasan notas de clase, se preparan para exámenes y profundizan en los temas tratados en clase. (P)

M1 Clases expositivas teóricas/ Método expositivo. Sesiones magistrales conducidas por el profesor encargado de la asignatura o de otro profesor invitado.(P)

M2 Estudio y discusión de casos. Clases prácticas en las que se trabaja con el método del caso y del aprendizaje basado en problemas. El profesor puede diseñar simulaciones de la realidad que ayuden al alumno a comprender la validez de lo que aprende para resolver problemas concretos y reales.(P)

M3 Resolución de problemas (ejercicios) de forma individual o grupal. El profesor plantea cuestiones que requieren el estudio y el análisis de cuestiones.(P)

EVALUACIÓN

5.1. TIPOS DE EVALUACIÓN

CONCEPTUAL

SE5 Trabajos individuales y/o en equipo: Los estudiantes pueden realizar trabajos escritos, proyectos o investigaciones de manera individual o en grupos. Estos trabajos permiten profundizar en temas específicos, aplicar los conocimientos adquiridos y desarrollar habilidades de colaboración y trabajo en equipo.(C)

PROCEDIMENTAL

SE2 Resolución de casos prácticos: Implica que los estudiantes analicen y resuelvan situaciones problemáticas o casos de estudio relacionados con el contenido del curso. Esta metodología permite aplicar los conocimientos teóricos a situaciones prácticas y desarrollar habilidades de resolución de problemas.(P)

SE3 Evaluaciones parciales: Estas evaluaciones se llevan a cabo durante el curso para medir el progreso y comprensión de los estudiantes en momentos específicos. Pueden incluir pruebas escritas, exámenes cortos, trabajos prácticos, entre otros. (P)

ACTITUDINAL

SE1 Intervención en clases, seminarios y clases prácticas: Este enfoque implica la participación activa de los estudiantes durante las lecciones, seminarios o sesiones prácticas. Esto puede incluir la presentación de ideas, debates, resolución de problemas y demostraciones prácticas, entre otras actividades. (A)

5.2. CRITERIOS Y PROCEDIMIENTOS DE EVALUACIÓN

Evaluación Convocatoria ordinaria.

5.2.1. Evaluación Conceptual

Trabajo final (Individual): Representará el 50% de la nota final. Cada estudiante desarrollará un proyecto de intervención psicológica orientado a la promoción de la salud o a la intervención en problemas de salud específicos, a elección individual. El trabajo consistirá en una propuesta basada en la evidencia, estructurada conforme al modelo proporcionado: definición del problema, identificación de la población destinataria, revisión de evidencia clínica, contexto de aplicación, planificación de agenda, formato de difusión, presupuesto y plan de lanzamiento. Se evaluará la capacidad del alumnado para integrar los contenidos del curso en una propuesta sólida y rigurosa, aplicando conceptos teóricos a un diseño de intervención realista. **Requiere el aprobado:**

- Abarca todos los contenidos del curso.
- Evalúa la capacidad de integrar en la práctica profesional los conceptos teóricos.
- Valora la capacidad de realizar evaluaciones e intervenciones psicológicas basadas en la evidencia.

Defensa oral del proyecto: representará el 30% de la nota final.

Fecha convocatoria ordinaria: 27 de marzo de 2026

5.2.2. Evaluación procedimental

La evaluación procedimental valorará el desarrollo progresivo del proyecto a lo largo del curso, así como el rigor metodológico y la aplicabilidad de la propuesta. Se tendrá en cuenta la formulación clara de objetivos, la definición precisa de la población destinataria, la justificación teórica de la intervención y la planificación estructurada del programa. El alumnado deberá demostrar la capacidad de diseñar una intervención coherente, fundamentada en la evidencia científica, y adaptada al contexto elegido. Se valorará también la calidad del material entregado, la adecuación formal del trabajo escrito y el cumplimiento de las indicaciones técnicas (normas APA, plazos, formato de entrega, etc.).

5.2.3. Evaluación actitudinal

Esta parte representará el 20% de la nota final y medirá la implicación activa del alumnado en las sesiones presenciales, debates, tareas colaborativas y análisis de casos. Se valorará la disposición para participar de forma reflexiva, el respeto a las normas del aula, la actitud proactiva, la capacidad para trabajar en equipo y el compromiso con el proceso de aprendizaje. Asimismo, se tendrá en cuenta la asistencia regular y la calidad de las intervenciones en clase, así como el interés mostrado por la mejora continua del proyecto personal.

Sistema de evaluación	Tipo de evaluación	Qué se evalúa	Quién evalúa	Cuánto puntúa

Participación e intervención en clase	Actitudinal	Participación en los debates, tareas y prácticas de clase.	Diana Castilla Juana Bretón	2 puntos
Caso práctico de promoción de la salud	Procedimental y conceptual	El alumno deberá elaborar un trabajo y presentará en un primer apartado enmarcará los objetivos y población a la que se dirige. En un segundo apartado, elaborará la argumentación teórica de la intervención que va a realizar.	Diana Castilla Juana Bretón	3 puntos
Evaluación final. Prueba síntesis	Procedimental y actitudinal	Trabajo individual y presentación del mismo ante la clase. Propuesta de un programa de promoción para la salud. Ver rúbrica de evaluación y esquema de lo que se espera del alumno	Diana Castilla Juana Bretón	5 puntos

Para aprobar será necesario que la suma de todos los apartados de evaluación sea igual o superior a 5. Para aprobar la asignatura, es requisito asistir al menos al 80% de las clases.

Convocatoria extraordinaria

1. Se entregará el proyecto en formato escrito (50%) y se realizará un a exposición oral antes del 28 de abril de 2026.

2. Para superar la asignatura, el alumnado deberá alcanzar en el proyecto una calificación igual o superior a 5 en una escala de 0 a 10. Siendo 0 la nota mínima y 10 la máxima. La nota será el promedio de la defensa del proyecto en formato escrito y oral.

Universidad de Navarra

Fecha convocatoria extraordinaria: 28 de abril de 2026

HORARIOS DE ATENCIÓN

Se acordarán vía correo electrónico con la profesora coordinadora Diana Castilla: dcastillalo@external.unav.es o con la profesora Juana Mª Bretón: jbretonlop@external.unav.es para los bloques 1, 2 y 3.

BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS

1. y Gil,M.D. (2013). Psicología Clínica de la Salud. Londres: Pearson
2. y López, E. (1996). Educación para la salud: una estrategia para cambiar los estilos de vida. Madrid: Pirámide Localízalo en la Biblioteca
3. P., Olivares, J. y Méndez, F.X. (2005). Terapia psicológica: casos prácticos. Madrid: Pirámide. Localízalo en la Biblioteca
4. , Fernández, J.R., Fernández, C. y Amigó, I. (2003). Guía de tratamientos psicológicos eficaces (I. Adultos). Madrid: Pirámide. Localízalo en la Biblioteca
5. , Fernández, J.R., Fernández, C. y Amigó, I. (2003). Guía de tratamientos psicológicos eficaces (II. Psicología de la Salud). Madrid: Pirámide. Localízalo en la Biblioteca
6. Belloch A, Sandin B., Ramos F. (2020)., vol I. 3.ª edición. Localízalo en la Biblioteca. - Capítulo 16 Trastornos de control de impulsos: el juego patológico
7. Caballo, V., Salazar, I.C., y Carrobles, J.A. (2015). MANUAL DE PSICOPATOLOGÍA Y TRASTORNOS PSICOLÓGICOS. Pirámide. Localízalo en la Biblioteca. Capítulo 18: Juego Patológico y trastornos perturbadores del control de los impulsos. Capítulo 20: Las nuevas adicciones.

Bibliografía Complementaria

1. (2000). Educación para la salud. En C. Colomer y E. Alvarez-Dardet. Promoción de la salud y cambio social. Barcelona: Masson. Cap. 5: págs. 61-76. Localízalo en la Biblioteca
2. , Bermejo, R.M. y Ros, M. (2003). Diabetes en la infancia y en la adolescencia. En J.M. Ortigosa, M.J. Quiles y F.X. Méndez (coord.): Manual de psicología de la salud con niños, adolescentes y familia. Madrid: Pirámide. Cap. 7: págs. 155-182. Localízalo en la Biblioteca
3. e Ybarra, J. L. (2006). Guía de tratamientos psicológicos eficaces en diabetes. En M. Pérez, J. R. Fernández, C. Fernández e I. Amigo (Coord.), Guía de tratamientos psicológicos eficaces II: psicología de la salud. Madrid: Ediciones Pirámide. Cap. 10 Localízalo en la Biblioteca