

<p>POLI ESCOLA SUPERIOR SAÚDE TÉCNICO GUARDA</p>	<h2>GUIA DE FUNCIONAMENTO DA UNIDADE CURRICULAR (GFUC)</h2>	<p><b>MODELO</b> PED.010.03</p>
--	---	-------------------------------------

<b>Curso</b>	<b>Farmácia</b>						
<b>Unidade curricular (UC)</b>	<b>Psicologia da Saúde</b>						
<b>Ano letivo</b>	2023-2024	<i>Ano</i>	2.º	<i>Período</i>	2.º semestre	<i>ECTS</i>	3
<b>Regime</b>	Obrigatório	<i>Tempo de trabalho (horas)</i>			Total: 81	Contacto: 37,5	
<b>Docente(s)</b>	Isabel Maria Morais de Sousa Portugal Vieira; Marta Sofia Batista Capelo						
<input type="checkbox"/> <i>Responsável da UC ou</i> <input checked="" type="checkbox"/> <i>Coordenador(a) Área/Grupo Disciplinar</i> <input type="checkbox"/> <i>Regente (cf. situação de cada Escola)</i>	Filomena Bolota Velho						

### GFUC PREVISTO

#### 1. OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM

Esta unidade curricular tem como objetivos que o aluno:

- Compreenda a especificidade da Psicologia e, particularmente, da Psicologia da Saúde, relativamente a outras ciências.
- Conheça o contexto histórico do aparecimento da Psicologia da Saúde, a sua evolução e os âmbitos de intervenção.
- Compreenda conceitos centrais da Psicologia como personalidade e motivação.
- Conheça o que caracteriza a personalidade psicologicamente saudável.
- Conheça os fatores psicológicos presentes na situação de doença.
- Aprenda a distinguir os fatores psicológicos dos fatores biológicos, na situação de doença, e compreenda como eles se integram e interagem.

#### 2. CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

##### 1) A Psicologia e a emergência da Psicologia da Saúde

A Ciência-Psicologia e o seu lugar no conjunto das ciências

Os principais momentos da cientificação da Psicologia

As principais áreas da Psicologia e a emergência da Psicologia da Saúde

<p>POLI ESCOLA SUPERIOR SAÚDE TÉCNICO GUARDA</p>	<p><b>GUIA DE FUNCIONAMENTO DA UNIDADE CURRICULAR (GFUC)</b></p>	<p><b>MODELO</b> PED.010.03</p>
--	--	-------------------------------------

## **2) A personalidade em situação de saúde**

Segunda Revolução da Saúde e a epidemia comportamental (Comportamento de saúde, Medicina comportamental, Comportamentos de risco /proteção)

O conceito de motivação e a sua relação com a modificação dos comportamentos

Temporalidade

Corporalidade

O modelo trigonopiramidal da personalidade (Álvaro Miranda Santos): níveis, aspetos e dimensões

## **3) A personalidade em situação de doença**

A compreensão do comportamento humano na perspetiva interacional ou “biopsicossocial”

(Modelo Biomédico e Modelo Biopsicossocial)

A perspetiva Salutogénica *versus* a perspetiva Patogénica

Aspetos psicossociais da saúde e da doença. Saúde e doença como valores

A Personalidade e as Emoções em situações de saúde e de doença

Stresse, sistema imunitário e doença. A doença como fator de stresse

A doença e o “estar doente”. O estatuto e o papel de doente

A etiologia comportamental de algumas doenças (cardiovasculares, cancro, dependências)

A adesão ao tratamento

Placebo e nocebo

A comunicação entre cuidador e doente

<p>POLI ESCOLA SUPERIOR SAÚDE TÉCNICO GUARDA</p>	<p><b>GUIA DE FUNCIONAMENTO DA UNIDADE CURRICULAR (GFUC)</b></p>	<p><b>MODELO</b> PED.010.03</p>
--	--	-------------------------------------

### **3. DEMONSTRAÇÃO DA COERÊNCIA DOS CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS COM OS OBJETIVOS DA UC**

A contextualização inicial da Psicologia da Saúde (objeto de estudo, surgimento e evolução) visa introduzir o aluno nas preocupações e temáticas da Psicologia da Saúde, e levá-lo a perceber a especificidade deste domínio, enquanto conhecimento científico e enquanto modo de intervenção ou aplicação prática desse conhecimento.

Enquanto técnico de saúde, o técnico de farmácia deve ter conhecimentos básicos sobre a personalidade, quer em situação de saúde, quer em situação de doença. Pelo que o aluno deve ser familiarizado com a perspetiva psicológica no sentido de identificar as várias atividades típicas do ser humano e de compreender que tais atividades estando todas elas presentes no ser humano adulto saudável (a personalidade), cada humano as vive e recria, continuamente, de um modo próprio (uma personalidade).

Uma boa comunicação com a pessoa doente no sentido do estabelecimento de uma relação verdadeiramente terapêutica, ou seja, com efeito placebo e sem efeito nocebo, passa inevitavelmente pela avaliação do que o doente conhece e de como ele valora esse conhecimento no que à situação de doença/tratamento diz respeito. O técnico deve, por isso, ser capaz de distinguir a perspetiva psicológica, cujo foco é a vivência, da perspetiva biológica ou médica, cujo foco é o corpo enquanto células, tecidos e órgãos. Deve ser capaz de compreender que em situação de doença não é apenas o corpo que está alterado (perspetiva biológica) mas também a vivência/imagem do corpo (perspetiva psicológica).

O que leva os indivíduos a terem comportamentos de risco para a sua saúde, que fatores favorecem a mudança desses comportamentos, o que leva os indivíduos a aderirem ou não aos tratamentos médicos, o que significa no mundo atual ter uma vida de qualidade – são algumas das questões para as quais um técnico de saúde deve estar “sensibilizado” e sobre as quais deve ter um saber científico para poder refletir sobre a sua própria ação/intervenção.

### **4. BIBLIOGRAFIA PRINCIPAL**

Cavaco, O. D. (2012). Perspetiva construtivista: Ao encontro da especificidade humana? Guarda: Instituto Politécnico da Guarda.

<p>POLI ESCOLA SUPERIOR SAÚDE TÉCNICO GUARDA</p>	<p><b>GUIA DE FUNCIONAMENTO DA UNIDADE CURRICULAR (GFUC)</b></p>	<p><b>MODELO</b> PED.010.03</p>
--	--	-------------------------------------

Ytiama, Andressa, Macuch, Regiana, Milani, Rute. Teproa Salutogênica de Aaron Antonovsky: Aplicações no Contexto da Promoção da Saúde. XII Encontro Internacional da Produção Científica da UNICESUMAR, 19 a 21 de outubro de 2021

Pais-Ribeiro, J. L. (2007). Introdução à Psicologia da Saúde. Coimbra: Quarteto Editora.

Pereira, A., & Cruz, M. (2011). Corpo, Mente e Emoções: Referenciais Teóricos da Psicossomática. *Simbio-Logias*, 4(6), 46-66

Santos, A.M. (2005). Em busca do humano. *Biblos*, III, 11-36.

Teixeira, José A, e Leal, Isabel. Psicologia da saúde. Contexto e Intervenção. *Análise Psicológica*, 1990,4 (VIII). Pp. 434-498

Thomas, C., & Kern De Castro, E. (2011). Personalidade, Comportamentos de saúde e adesão ao tratamento a partir do modelo dos cinco grandes fatores: Uma revisão de literatura. *Psicologia, Saúde & Doenças*. 13, 100-109

### **Recomendada**

Joyce-Moniz, L. & Barros, L. (2005). Psicologia da doença para cuidados de saúde. Desenvolvimento e intervenção. Porto: Edições Asa.

Ogden, J. (1999). Psicologia da Saúde. Lisboa: Climepsi Editores.

Pereira, R. (2009). Diversidade funcional: a diferença e o histórico modelo de homem-padrão. *História, Ciências, Saúde-Manguinhos*, 16(3), 715-728

Santos, A. M. (1980). A doença em perspetiva temporal. Atas do I Simpósio da Relação Médico-Doente na Prática Clínica, 9-13.

Vaz de Almeida, C. (2020). Mudança de comportamentos em saúde: como chegar ao paciente-sistema sendo “etic”. *A Pátria – Jornal da Comunidade Científica de Língua Portuguesa*, 1-6

Vaz Serra, A. (2013). O stresse na vida de todos os dias. Coimbra: Edição de autor

<p>POLI ESCOLA SUPERIOR SAÚDE TÉCNICO GUARDA</p>	<p><b>GUIA DE FUNCIONAMENTO DA UNIDADE CURRICULAR (GFUC)</b></p>	<p><b>MODELO</b> PED.010.03</p>
--	--	-------------------------------------

## 5. METODOLOGIAS DE ENSINO (REGRAS DE AVALIAÇÃO)

Aulas T (teóricas) – essencialmente expositivas.

Aulas TP (teórico-práticas) – essencialmente interativas; análise interpretativa de textos

Aulas OT (orientação tutorial) – esclarecimento de dúvidas.

Avaliação – prova escrita final (frequência) – 20 valores, com a seguinte distribuição:

Docente das aulas teóricas (22,5 horas): 12,5 valores

Docente das aulas práticas (15 horas): 7,5 valores

A aprovação à unidade curricular requer uma classificação final igual ou superior a 9.5 valores.

## 6. DEMONSTRAÇÃO DA COERÊNCIA DAS METODOLOGIAS DE ENSINO COM OS OBJETIVOS DA UC

A aula expositiva, incluindo a utilização de meios audiovisuais (diapositivo, video, ou simplesmente a escrita), tem como objetivo que o aluno tome contacto com as várias temáticas do módulo, sobretudo por se tratar de assuntos novos para a maioria, senão mesmo para todos os alunos. A apresentação dos conteúdos de um modo organizado e sequencial, indicando sempre as referências bibliográficas a que se reportam, as quais devem ser consultadas para um aprofundamento dos temas, permite contextualizar o aluno nas diferentes temáticas da UC fornecendo-lhe novos conhecimentos (sobre a personalidade psicologicamente saudável e sobre possíveis alterações em situação de doença) e, sobretudo, uma nova perspetiva: a psicológica.

A aula interativa, partindo de questões levantadas a partir dos conteúdos teóricos, tem como objetivo que o aluno desenvolva a capacidade de reflexão ao confrontar o seu modo habitual de pensar (estereótipos acerca da personalidade) com um outro modo que lhe é novo (o que se diz em termos científicos ser a personalidade). A possibilidade de verbalização constitui um treino em si mesma, e o confronto de diferentes “vozes” (a sua, as dos colegas e a do docente), são um teste à capacidade de compreensão dos novos conteúdos pelo aluno. Ao saber fazer uma leitura psicológica da pessoa em situação de doença, i. e., ao avaliar corretamente a vivência do doente, saberá em que sentido comunicar/agir com ele, e como responder às suas solicitações/necessidades.

<p>POLI ESCOLA SUPERIOR SAÚDE TÉCNICO GUARDA</p>	<p><b>GUIA DE FUNCIONAMENTO DA UNIDADE CURRICULAR (GFUC)</b></p>	<p><b>MODELO</b> PED.010.03</p>
--	--	-------------------------------------

As aulas de orientação tutorial visam criar um espaço em que os alunos, individualmente ou em grupo, colocam questões no sentido de esclarecerem as suas dúvidas.

## 7. REGIME DE ASSIDUIDADE

A aprovação à unidade curricular exige a presença do aluno nas aulas teórico-práticas (TP) e de orientação tutorial (OT) em, pelo menos, 75%.

## 8. CONTACTOS E HORÁRIO DE ATENDIMENTO

Isabel Portugal – [iportugal@ipg.pt](mailto:iportugal@ipg.pt);

Marta Capelo - [martacapelo@gmail.com](mailto:martacapelo@gmail.com)

Gabinete: 1.6 - ESECD

### Horário de atendimento

**Isabel Portugal:**

quarta-feira: 14h -15h

**Marta Capelo:**

Sexta-feira: 16h-17

### DATA

**13 de abril de 2024**

### ASSINATURAS

*Assinatura dos Docentes, Responsável/Coordenador(a)/Regente da UC ou Área/Grupo Disciplinar*

A Coordenadora da Área Disciplinar

\_\_\_\_\_

A Docente

\_\_\_\_\_

(assinatura)

A Docente

\_\_\_\_\_

(assinatura)