



UNIVERSIDADE LUSÍADA DE LISBOA

Programa da Unidade Curricular
PSICOLOGIA DA SAÚDE

Ano Lectivo 2020/2021

1. Unidade Orgânica

Instituto de Psicologia e Ciências da Educação (1º Ciclo)

2. Curso

Psicologia

3. Ciclo de Estudos

1º

4. Unidade Curricular

PSICOLOGIA DA SAÚDE (20325)

5. Área Científica

6. Ano curricular

3º

7. Tipo de Unidade Curricular / Semestre

2º Semestre



UNIVERSIDADE LUSÍADA DE LISBOA

8. Tipo de aula e carga horária (tempo de trabalho)

Aulas Teóricas:	
Aulas Práticas:	
Aulas Teórico-práticas:	30,00
Orientação Tutorial:	20,00

9. Créditos

6,00

10. Coordenador da Área Científica

11. Regente

Prof. Doutora TÂNIA GASPASINTRA DOS SANTOS

12. Assistentes

13. Língua de ensino

Português

14. Objectivos Gerais

A unidade curricular de Psicologia da Saúde tem como objectivos principais identificar e caracterizar a actividade do psicólogo clínico da saúde neste âmbito.

Conhecer o conceito de saúde e de estilo de vida saudável nos seus aspectos socioculturais, nas suas diferenças relacionadas com o género e idade ou nível de desenvolvimento

Identificar conceitos chaves nas determinantes psicológicas da adopção de comportamentos e estilos de vida saudáveis.

Conhecer os modelos de mudança.

15. Objectivos Específicos

1. Promover conhecimento acerca dos fundamentos teóricos da psicologia da saúde, aconselhamento;
2. Aplicação da psicologia clínica nos contextos de saúde, nomeadamente, especificidades de intervenção e técnicas utilizadas
3. Compreender e articular os conceitos teóricos da disciplina (psicoterapia, aconselhamento, promoção de saúde, perspectiva ecológica, educação para a saúde, estilos de vida, comportamentos de risco e protectores)
4. Conhecer e compreender os modelos

16. Competências a adquirir



UNIVERSIDADE LUSÍADA DE LISBOA

Aquisição de conhecimentos a nível da actividade do psicólogo clínico da saúde. Aplicação destes conhecimentos em contextos específicos de saúde. Aquisição de conhecimento sobre técnicas de intervenção adequadas a diferentes contextos. Aquisição de competências ao nível de programas de intervenção neste âmbito.

Adquirir competências de forma a caracterizar, compreender e analisar situações- problema na adopção de estilos de vida saudáveis

17. Metodologia de ensino

As aulas teórico-práticas exposição conceptual e consistirão de aplicações directas do discutido à realidade da intervenção, através da apresentação de casos e situações específicas, e da análise de material feita em grupo na aula.

18. Conteúdos Programáticos

1. Introdução ao Estudo da Psicologia da Saúde

promoção e Aconselhamento: papel do psicólogo da saúde

Diferentes populações de intervenção: perspectiva desenvolvimental e ecológica

Contextos de intervenção em saúde, ao nível, do Centro de Saúde, Hospitalar, Escolar e Comunitário

Psicologia da Saúde e Clínica na infância, na adolescência, na idade adulta e no idoso.

Estudo das perturbações psicológicas, sociais e físicas, comportamentos de risco e estilos de vida desajustados. Aprofundamento das situações mais comuns em contextos de saúde. Caracterização e aplicação de técnicas mais adequadas a cada situação.

2. Saúde e comportamento Humano

Perspectiva Ecológica no âmbito da psicologia da saúde e clínica

Psicologia da saúde e psicologia clínica (semelhanças e diferenças)

Comportamentos de Saúde : modelos de mudança (modelos individuais, interpessoais e comunitários)

Comportamentos de saúde e promoção da saúde

Estilos de vida saudáveis ao longo do ciclo da vida

Comportamentos e contextos de risco e de protecção

A Mudança em Psicologia da saúde

Análise funcional de situações-problema

Intervenção centrada nos problemas

Níveis de intervenção

Aplicações específicas na área da saúde mental

Aplicações específicas na área da mudança de atitudes e adopção de estilos de vida saudáveis

Intervenções do Psicólogo da saúde em Instituição

Intervenções do Psicólogo na comunidade

3. Introdução ao estudo da elaboração, implementação e avaliação de programas de prevenção

4. Investigação em Psicologia da Saúde 5. Aspectos éticos e deontológicos em Psicologia da Saúde



UNIVERSIDADE LUSÍADA DE LISBOA

19. Métodos de Avaliação

A avaliação continua da cadeira será feita tendo em conta

- dois testes escritos individuais
- assiduidade e participação
- exame escrito (frequência) sobre todos os conteúdos lecionados

20. Recursos Didáticos

Recurso a casos práticos, métodos interactivos e a material multimédia e publicações de referência sobre o tema.

21. Palavras Chave

Psicologia da Saúde
Promoção de saúde
Estilos de vida
Modelos de mudança
qualidade de vida



UNIVERSIDADE LUSÍADA DE LISBOA

23. Bibliografia Principal

Autor(es): Ribeiro, J.L.
Título: Introdução à Psicologia da Saúde
Edição: Ano: 2005
Local: Coimbra
Editora: Edições Quarteto

Autor(es): Howard S. Friedman
Título: The Oxford Handbook of Health Psychology
Edição: Ano: 2011
Local: Oxford
Editora: Oxford Library of Psychology

Autor(es): Howard S. Friedman and Roxane Cohen Silver
Título: Foundations of Health Psychology
Edição: Ano: 2006
Local: Oxford
Editora: Oxford University Press

24. Bibliografia Complementar

Autor(es): Andrew Baum, Tracey A. Revenson, Jerome Singer
Título: Handbook of Health Psychology
Edição: Ano: 2012
Local: New York
Editora: Taylor e Francis group

Autor(es): Andrew Baum, Tracey A. Revenson, Jerome E. Singer
Título: Handbook of Health Psychology
Edição: Ano: 2012
Local: New York
Editora: Psychology Press



UNIVERSIDADE LUSÍADA DE LISBOA

Ficha técnica MIP	
Título	Programa da unidade curricular 'PSICOLOGIA DA SAÚDE': Ano Lectivo 2020/2021
Autor	Prof. Doutora TÂNIA GASPAR SINTRA DOS SANTOS
Classificação	-
Descritores	-
Colaborador(es)	-
Data/Hora	18-07-2020 16:49:00
Formato de dados	Texto, PDF
Estatuto de utilização	Acesso público
Relação	Versão 1,0
(c) Universidade Lusíada de Lisboa, 2020	