UNIVERSIDADE LUSÍADA
LISBOA

Programa da Unidade Curricular
PSICOLOGIA DA SAÚDE

Ano Lectivo 2025/2026

1. Unidade Orgânica

Instituto de Psicologia e Ciências da Educação

2. Curso

PSICOLOGIA

3. Ciclo

1º

4. Unidade Curricular

PSICOLOGIA DA SAÚDE (20325)

5. Área Científica

6. Ano Curricular

3º

7. Tipo de Unidade Curricular / Semestre

2º Semestre

FUNDAÇÃO MINERVA CULTURA - ENSINO E INVESTIGAÇÃO CIENTÍFICA

Rua da Junqueira, 188 a 198 - 1349-001 LISBOA - Telefone 213 611 500 - Fax 213 638 307 - e-mail: info@lis.ulusiada.pt - https://www.lis.ulusiada.pt

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 ECTS

6,00

10. Coordenador da Área Cientifica

11. Regente

Prof. Doutora ANA DANIELA BARRETO ALEIXO

12. Assistentes

13. Língua de Ensino

Português

14. Objetivos 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. Objetivos 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, psicoeducação, promoção de saúde, perspetiva ecológica, educação para a saúde, estilos de vida, qualidade de vida, comportamentos de risco e comportamentos saudáveis)
4.Conhecer e

16. Competências a adquirir

FUNDAÇÃO MINERVA CULTURA - ENSINO E INVESTIGAÇÃO CIENTÍFICA

Rua da Junqueira, 188 a 198 - 1349-001 LISBOA - Telefone 213 611 500 - Fax 213 638 307 - e-mail: info@lis.ulusiada.pt - https://www.lis.ulusiada.pt

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 adoção de estilos de vida saudáveis.

17. Metodologia de Ensino

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

18. Conteúdos Programáticos

1. Introdução à Psicologia da Saúde
Como apareceu a Psicologia da Saúde
Definições de Saúde e de Psicologia da Saúde
Promoção, Psicoeducação e Aconselhamento: papel do psicólogo da saúde
Diferentes populações de intervenção: perspetiva desenvolvimental e ecológica
Contextos de intervenção em saúde, ao nível, do Centro de Saúde, Hospitalar, Escolar e Comunitário
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.Comportamento e Saúde
Perspetiva Ecológica no âmbito da psicologia da saúde e clínica
Psicologia da saúde e psicologia clínica
Comportamentos de Saúde : modelos de mudança (modelos individuais, interpessoais e comunitários)
Comportamentos e Promoção da saúde
Qualidade de Vida
Estilos de vida saudáveis ao longo do ciclo da vida
Comportamentos e contextos de risco e de proteção
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 adoção 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

FUNDAÇÃO MINERVA CULTURA - ENSINO E INVESTIGAÇÃO CIENTÍFICA

Rua da Junqueira, 188 a 198 - 1349-001 LISBOA - Telefone 213 611 500 - Fax 213 638 307 - e-mail: info@lis.ulusiada.pt - https://www.lis.ulusiada.pt

19. Métodos de Avaliação

A avaliação da cadeira de Psicologia da Saúde será feita através de uma Frequência ou Exame Final, de dois pontos escritos e de um trabalho escrito com apresentação oral elaborados em grupo tendo em conta a frequência e participação nas aulas, para aqueles alunos que escolherem o regime A de avaliação, descrito no regulamento Geral de Avaliação da Universidade Lusíada.

20. Recursos Didáticos

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

21. Objetivos de Sustentabilidade

3 - Qualidade na Saúde
4 - Qualidade na Educação

22. Palavras Chave

Promoção de saúde
Qualidade de vida
Estilos de vida
Comportamentos de risco
Modelos de mudança d

FUNDAÇÃO MINERVA CULTURA - ENSINO E INVESTIGAÇÃO CIENTÍFICA

Rua da Junqueira, 188 a 198 - 1349-001 LISBOA - Telefone 213 611 500 - Fax 213 638 307 - e-mail: info@lis.ulusiada.pt - https://www.lis.ulusiada.pt

23. Bibliografia Principal

Autor(es): Isabel Leal e José Luís Pais Ribeiro
Título: Manual de Psicologia da Saúde
Edição: 1ª Ano: 2021
Local: Lisboa
Editora: PACTOR
Codigo ISBN:

Autor(es): Deborah Fish Ragin
Título: Health Psychology: An Interdisciplinary Approach
Edição: 3th Ano: 2017
Local: NY
Editora: Routledge
Codigo ISBN:

Autor(es): Jane Odgen
Título: Health Psychology
Edição: 7th Ano: 2023
Local: UK
Editora: Open University Press
Codigo ISBN:

24. Bibliografia Complementar

Autor(es): Andrew Baum,Tracey A. Revenson,Jerome Singe
Título: Handbook of Health Psychology
Edição: 2th Ano: 2012
Local: NY
Editora: Taylor e Francis group
Codigo ISBN:

Autor(es): Jane Odgen
Título: Health Psychology
Edição: 6th Ano: 2019
Local: London
Editora: McGraw Hill
Codigo ISBN:

FUNDAÇÃO MINERVA CULTURA - ENSINO E INVESTIGAÇÃO CIENTÍFICA

Rua da Junqueira, 188 a 198 - 1349-001 LISBOA - Telefone 213 611 500 - Fax 213 638 307 - e-mail: info@lis.ulusiada.pt - https://www.lis.ulusiada.pt

UNIVERSIDADE LUSÍADA
LISBOA

Ficha técnica MIP / MIP Datasheet	
Título / Title	Programa da unidade curricular 'PSICOLOGIA DA SAÚDE': Ano Lectivo 2025/2026
Autor / Author	Prof. Doutora ANA DANIELA BARRETO ALEIXO
Classificação / Classification	-
Descritores / Descriptors	-
Colaborador(es) / Colaborator(s)	-
Data Hora / Date Time	03-10-2025 12:15:00
Formato de dados / Data Format	Texto / Text, PDF
Estatuto de utilização / Usage	Acesso público / Public Access
Relação / Relation	Versão 1,0

(c) Universidade Lusíada, 2025

FUNDAÇÃO MINERVA CULTURA - ENSINO E INVESTIGAÇÃO CIENTÍFICA

Rua da Junqueira, 188 a 198 - 1349-001 LISBOA - Telefone 213 611 500 - Fax 213 638 307 - e-mail: info@lis.ulusiada.pt - https://www.lis.ulusiada.pt