



## 1. ASIGNATURA / COURSE

1.1. Nombre / Course Title

1.2. Salud Laboral

1.3. Código / Course Code

1.4. Tipo / Type of course

Troncal, Obligatoria, etc. / Compulsory, Optional, etc.

**Optativa**

1.5. Nivel / Level of course

**Grado**

1.6. Curso / Year of course

**Tercer curso**

1.7. Semestre / Semester

**Primer Semestre**



## 1.8. Número de créditos / Number of Credits Allocated

### 6 Créditos ECTS

Basados en la carga de trabajo del estudiante necesaria para lograr los objetivos y el aprendizaje esperados.

Based on the student workload required to achieve the objectives or learning outcomes.

## 1.9. Requisitos Previos / Prerequisites

Ninguno

## 1.10. ¿Es obligatoria la asistencia? / Is attendance to class mandatory?

NO

## 1.11. Datos del profesor/a / profesores / Faculty Data

Bernardo Moreno-Jiménez. Dpto. Psicología Biológica y de la Salud. Módulo II. Despacho 54 Email: [bernardo.moreno@uam.es](mailto:bernardo.moreno@uam.es) Tlfno 91-4975185

Eva Garrosa Hernández. Dpto. De Psicología Biológica y de la Salud. Módulo I. Despacho 34. Email: [eva.garrosa@uam.es](mailto:eva.garrosa@uam.es). Telefono: 91-4974548

Raquel Rodríguez-Carvajal. Dpto. De Psicología Biológica y de la Salud. Módulo I. Despacho 35. Email: [raquel.rodriquez@uam.es](mailto:raquel.rodriquez@uam.es). Telefono: 91-4975122



## 1.12. Objetivos del curso / Objective of the course

Preferiblemente expresados en términos de resultados de aprendizaje esperados y competencias que se han de adquirir.

Competencias teóricas y procedimentales
<b>General.- Transmitir competencias y recursos para poder describir, explicar e intervenir en los procesos de salud y enfermedad en el trabajo</b>
1.- Comprender y manejar el concepto de Salud laboral en sus aspectos negativos y positivos.
2.- Capacitar para entender los conceptos básicos de la salud laboral: accidentes laborales, enfermedades profesionales, condiciones de trabajo, riesgos laborales y poblaciones laborales de riesgo.
3.- Desarrollo de las habilidades para decidir el uso de los instrumentos a utilizar para estudiar, analizar y evaluar los factores psicosociales de riesgo.
4.- Introducción a la sociología de la salud laboral: descripción y relación entre factores sociales y salud laboral. Descripción y relación entre los factores psicosociales de las empresas y la salud laboral.
5.- Capacitación para entender las diferentes formas de estrés laboral que afectan a la salud de los trabajadores. Desarrollo de los modelos de estrés laboral. El desgaste profesional o burnout. El estrés traumático secundario.
6.- Desarrollo de las competencias para entender, evaluar e intervenir en los principales riesgos laborales psicosociales: inseguridad, violencia, acoso laboral y acoso sexual.
7.- Desarrollo de las competencias para entender evaluar e intervenir en otros riesgos laborales psicosociales emergentes: trabajo emocional, conflicto Trabajo-Familia, la adicción al trabajo.
8.- Introducir a los problemas de la salud mental en el trabajo.



9.- Transmitir la capacitación para una aproximación a la ergonomía psicológica de la salud laboral. Planteamientos generales. Desarrollo de las competencias para la evaluación y el manejo de la carga mental laboral y fatiga. Capacitar para el manejo de los aspectos relacionados con la carga temporal del trabajo. Ritmos y turnicidad.

10.-. Transmitir las competencias para el desarrollo de los aspectos positivos en el trabajo. Los factores globales de bienestar laboral: las organizaciones saludables. Factores de liderazgo: el liderazgo de servicios. La organización del trabajo: los estados de flujo laboral.

11.- Las variables personales en las organizaciones. Las variables positivas de personalidad. El Contrato psicológico y el *engagement*

Preferably expressed in terms of learning outcomes and competences.

### 1.13. Contenidos del Programa / Course Contents

1.- Concepto de Salud Laboral

2.- Sociología de la Salud laboral: los contratos de trabajo, los grupos laborales de riesgo, la diversidad laboral y la globalización de la salud laboral

3.- Factores Psicosociales de la Salud laboral. El diseño psicológico del trabajo y la calidad de vida laboral.

4.- Formas de estrés en el trabajo: Estrés, estrés traumático secundario y burnout.

5.- Los riesgos psicosociales laborales: inseguridad, violencia, acoso laboral, acoso sexual.



6.- Riesgos psicosociales emergentes: trabajo emocional, conflicto trabajo-familia, la adicción laboral - La salud mental en el trabajo. Suicidio y trabajo.
7.- Introducción a la ergonomía psicológica laboral. La carga mental y fatiga laboral. Procesos de evaluación e intervención
8.- La Psicología positiva de las organizaciones: las organizaciones saludables y los factores globales de bienestar laboral: el liderazgo servidor.
9.- Personas y organizaciones. El desarrollo de personas en las organizaciones. Las variables positivas de personalidad. Los estados motivacionales positivos: el contrato psicológico y el <i>engagement</i>
10.- El diseño eficiente del trabajo: el flujo laboral.

#### 1.14. Referencias de Consulta Básicas / **Recommended Reading.**

Bibliografía, URL (direcciones de Internet), etc.

##### Manuales:

Moreno-Jiménez, B., y Garrosa Hernández, E. (En prensa). *Salud Laboral: Riesgos Psicosociales y Bienestar laboral*. Madrid: Pirámide

Alcover de la Hera, C., Martínez Iñigo, D., Rodríguez Mazo, F., Domínguez Bilbao, R. (2004). *Introducción a la Psicología del Trabajo*. Madrid: McGrawHill.

Gil Rodríguez, F. (2003). *Introducción a la Psicología de las Organizaciones*. Madrid: Alianza.

Llaneza Álvarez, F.J. (2004). *Ergonomía y Psicología Aplicada: manual para la formación del especialista*. Madrid: Editorial Lex Nova.

Peiro, J.M., y Prieto, F. (1996). *Tratado de psicología del trabajo*. Madrid: Síntesis.



Ruiz-Frutos, C., García, A.M., Delclós, J., y Benavides, F. (2006). *Salud Laboral. Conceptos y Técnicas para la prevención de riesgos laborales*. Madrid: Masson. (3ª Edición).

Salanova, M. (2009). *Psicología de la Salud Ocupacional*. Madrid: Síntesis.

#### BIBLIOGRAFIA BÁSICA

Antón, A. (2000). *Trabajo, derechos sociales y globalización. Algunos retos para el siglo XXI*. Talasa: Madrid.

Beck, U. (2000). *Un nuevo mundo feliz. La precariedad del trabajo en la era de la globalización*. Paidós: Barcelona.

Berrios Martos, M.P., y López Zafra, E. (2005). *Violencia en el trabajo*. Jaen: Colección Universitas.

Carnoy, M. (2000). *El trabajo flexible en la era de la información*. Alianza: Madrid.

Dolan, S. L., García, S., y Díaz Piñol, M. (2005). *Autoestima, estrés y trabajo*. Madrid: McGraw Hill.

Enrique Alonso, L. (2001). *Trabajo y postmodernidad: el empleo débil*. Fundamentos: Madrid.

Espulga, J., y Caballero, J. (2005). *Introducción a la prevención de riesgos laborales. Del trabajo a la salud*. Barcelona: Ariel.

Gil-Monte, P., y Moreno-Jiménez, B. (2007). *El síndrome de quemarse en el trabajo. Grupos de riesgo*. Madrid: Pirámide.

González Gutiérrez, J.L., Moreno Jiménez, B., Garrosa Hernández, E. (2005). *Carga mental y fatiga laboral. Teoría y Evaluación*. Madrid: Pirámide.

Pérez Bilbao y col. (2001). *Mobbing, Violencia física y acoso sexual*. Madrid: Instituto Nacional de Seguridad Salud en el Trabajo.



## 2. Métodos Docentes / Teaching methods

Clases Magistrales

Prácticas en el aula

Conferencias

Trabajo Tutelado

Tutorías grupales/Individuales

## 3. Tiempo estimado de Trabajo del Estudiante / Estimated workload for the student

83 horas aproximadamente



## 4. Métodos de Evaluación y Porcentaje en la Calificación Final / Assessment Methods and Percentage in the Final marks

Examen Final	70%
Prácticas en el aula	30%
Tutorías	5%
Trabajos Tutelados	20%
Opcion de trabajo Final	70%

## 5. Cronograma de Actividades (opcional) / Activities Cronogram (optional)

Consultar Grupos

1ª Semana

Presentación  
Concepto de salud laboral.  
Sociología de la Salud laboral: las condiciones contractuales

2ª Semana

El trabajo de la mujer  
Globalización y salud laboral

3ª Semana

Diseño psicosocial del trabajo  
Calidad de vida laboral



4ª Semana

Los riesgos Psicosociales  
Modelos de estrés laboral

5ª Semana

El estrés traumático secundario  
El burnout o Desgaste Profesional

6ª Semana

Violencia y agresión laboral  
Incivismo y abuso verbal  
Acoso laboral

7ª Semana

Género y acoso sexual  
Acoso sexual vs agresión laboral  
Organización igualitaria

8ª Semana

Adicción al trabajo  
Conflicto trabajo-familia  
Facilitación trabajo-familia

9ª Semana

Carga mental  
Fatiga laboral  
Experiencias de recuperación

10ª Semana

Salud mental y trabajo  
Trastornos de personalidad y trabajo  
Suicidio y trabajo

11ª Semana

La psicología positiva en las organizaciones  
El bienestar laboral



### 12ª Semana

Las organizaciones saludables  
Cultura, clima, comunicación, capital social,  
responsabilidad social corporativa

### 13ª Semana

El liderazgo y la dirección positiva de personas  
El liderazgo servidor

### 14ª Semana

Los estados motivacionales positivos:  
Implicación y compromiso laboral  
Significado del trabajo y expectativas laborales

### 15ª Semana

El diseño eficiente del trabajo:  
Requisitos emocionales del puesto y el trabajo  
emocional  
Los estados de flujo laboral

### 16ª Semana

Revisión