



DECANATO DE POSTGRADO
COORDINACION DE PSICOLOGIA
MAESTRIA EN PSICOLOGIA

BIOPSIKOLOGIA DEL ESTRES

Código: CC- 7448

Créditos: 3

Horas: 3 semanales (1:30 - 4:30 pm)

Profesora: Leticia Guarino de Scremín (lguarino@usb.ve). Ext. 3595

Periodo: Ene-Mar 2009

I. Introducción:

El propósito del curso es desarrollar un análisis crítico del fenómeno del estrés, considerando las formulaciones del concepto y su valoración como factor de riesgo asociado a problemas de salud. Pretende brindar un marco de referencia teórico y metodológico para el desarrollo de investigaciones en el área y/o aplicaciones clínicas.

II. Objetivos:

General: Estudiar ampliamente de la literatura sobre el fenómeno del estrés, considerando desde una perspectiva crítica los aspectos conceptuales, su medición y las estrategias para su manejo y control.

Específicos:

1. Conocer los antecedentes del concepto de estrés y su reformulación actual.
2. Conocer las diversas estrategias e instrumentos de medición del estrés, analizando críticamente sus fortalezas y debilidades desde una perspectiva psicométrica.
3. Analizar los procedimientos psicológicos de intervención para el manejo del estrés.
4. Analizar y discutir las investigaciones básicas y aplicadas sobre el estrés en diversos contextos y poblaciones.

III. Estrategias de enseñanza-aprendizaje

El proceso de enseñanza-aprendizaje de este curso sigue una modalidad seminarial. Esto significa una dinámica en la cual los estudiantes no son espectadores pasivos, receptores apáticos de información, sino actores que participan dinámicamente en el desarrollo de las sesiones.

Ello supone que el estudiante llega a las sesiones con una visión ya elaborada de la temática de turno, la cual desarrolla en la reunión, de manera que al final de la misma la haya enriquecido. Así, su participación no es fruto esencialmente de la intuición, sino que se deriva (a) del estudio anticipado de las lecturas señaladas para cada sesión; y (b) de la elaboración de ensayos críticos y cuadros sinópticos del material estudiado. Se considera, asimismo, la participación como expositores de profesores expertos en algunas de las temáticas tratadas en el curso.

IV. Evaluación:

- Presentación de seminario.....25%
- Integración escrita (semanal).....15%
- Ensayo final.....40%
- Asistencia y participación.....20%

Total: 100 pts.

SEMINARIOS

Semana 1: Presentación del programa, revisión de expectativas del estudiante. Presentación de criterios para elaborar el ensayo final.

Semana 2: Concepto de estrés y revisión de enfoques para su estudio.

Semana 3: El Proceso de estrés y sus componentes. Evaluación cognitiva, afrontamiento, reacciones de estrés

Semana 4: Variables moderadores del estrés (parte I).

Semana 5: Variables moderadores del estrés (parte II).

Semana 6: Bases biológicas del estrés.

Semana 7: Midiendo el estrés. Revisión crítica de instrumentos de evaluación.

Semana 8: Estrés, salud y enfermedad (parte I).

Semana 9: Estrés, salud y enfermedad (parte II). Nociones de Psiconeuroinmunología.

Semana 10: Estrategias y técnicas para el manejo del estrés.

Semana 11: Tópicos especiales en estrés.
Estrés en el contexto organizacional. Estrés en el contexto académico y en poblaciones infantiles.

Semana 12: Presentación de ensayos finales.

Lecturas Obligatorias

Semana 2: Concepto de estrés y revisión de enfoques para su estudio.

- Lazarus, R. (2000). *Estrés y emoción. Manejo e implicaciones en nuestra salud*. Bilbao: Editorial Desclée de Brouwer, S.A. (Cap. 2 y 3, pp. 37-95).
- Selye, H. (1975). *Tensión sin angustia*. Ediciones Guadarrama. (Cap. 1).

Semana 3: El Proceso de estrés y sus componentes: Evaluación cognitiva, afrontamiento, reacciones de estrés

- Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Ediciones Martínez Roca. (Cap. 2, pp. 47-63 y Cap. 6)
- Tennen, H., Affleck, G., Armeli, S., & Carney, M. (2000). A daily process approach to coping. *American Psychologist*, 55, 6, 626-636
- Crespo, M., y Labrador, F. (2003). Etiología del estrés (Cap. 2, pp 39-48). En M. Crespo y F. Labrador (2003). *Estrés*. Editorial Síntesis.

Semana 4: Variables moderadoras del estrés (parte I).

- Cox, T. & Ferguson, E. (1991). Individual differences, stress and coping (Cap. 2, pp. 7-30). En C.L. Cooper and R. Payne. *Personality and Stress: Individual differences in the stress process*. London: John Wiley & Sons Ltd.
- Steptoe, A. (1991). Psychological coping, individual differences and physiological stress responses (Cap. 9, 205-233). En C.L. Cooper and R. Payne. *Personality and Stress: Individual differences in the stress process*. London: John Wiley & Sons Ltd.

Lecturas complementarias:

- Schaubroeck, J., & Ganster, D. (1991). Associations among stress-related individual differences. En C.L. Cooper and R. Payne. *Personality and Stress: Individual differences in the stress process*. London: John Wiley & Sons Ltd.
- Cohen, S., & Edwards, J. (1989). Personality characteristics as moderators of the relationship between stress and disorder (Cap. 7). En R. Neufeld (Ed.). *Advances in the investigation of psychological stress*. New York: John Wiley & Sons Ltd.
- Baron, R., & Kenny, D (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*. 51,6, 1173-1182.

Semana 5: Variables moderadoras del estrés (parte II). Material digital

- Guarino, L., (2005). Sensibilidad emocional. Su rol moderador en la relación estrés-enfermedad. *Psicología Conductual* . Vol. 13, 2, 217-230
- Roger, D. (2007). Self-esteem, stress and emotion. En *Enciclopedia of stress* (pp. 443-448). Elsevier Inc.
- Forbes, A., & Roger, D. (1999). Stress, social support and fear of disclosure. *British Journal of Health Psychology*, 4, 165-179.
- Olason, D., & Roger, D. (2001). Optimism, pessimism and fighting spirit: a new approach to assessing expectancy and adaptation. *Personality and Individual Differences*, 31, 755-768.

- Beasley, M., Thompson, T. y Davidson, J. (2003). Resilience in response to life stress: the effects of coping style and cognitive hardiness. *Personality and Individual Differences*, 34, 77-95.

Lecturas complementarias:

- Guarino, L. y Roger, D. (2005). Construcción y validación de la Escala de Sensibilidad Emocional (ESE). Un nuevo enfoque para medir neuroticismo. *Psicothema*, 17, 3, 465-470.

- Guarino, L., Feldman, L., y Roger, D. (2005). La sensibilidad emocional desde la perspectiva transcultural. Un estudio comparativo entre británicos y venezolanos. *Psicothema*, 17, 4, 639-644.

Semana 6: Bases biológicas del estrés.

- Valdes, M., y De Flores, T. (1990). Consecuencias biológicas de la activación (Caps. 3 y 4). En Valdes, M. y De Flores, T. *Psicobiología del estrés*. Ediciones Martínez Roca.

- Crespo, M. y Labrador, F. (2001) Evaluación y tratamiento del estrés (cap. 2, pp. 57-74). En J. M. Buceta, A. M. Bueno y B. Mas (2001). *Intervención psicológica y salud: Control del estrés y conductas de riesgo*. Madrid: Dykinson.

Semana 7: Midiendo el estrés. Revisión crítica de instrumentos de evaluación.

- Crespo, M., y Labrador, F. (2003). Evaluación del estrés (Cap. 3). En M. Crespo y F. Labrador (2003). *Estrés*. Editorial Síntesis.

- Guarino, L., Sojo, V. y Bethelmy, L. (2007). Adaptación y validación preliminar de la versión hispana del cuestionario de estilos de afrontamiento (Coping Style Questionnaire- CSQ). *Psicología Conductual*, 15, 2, 173-189. **Documento digital.**

- Ferguson, E., Matthews, G., & Cox, T. (1999). The appraisal of life events (ALE) scale: Reliability and Validity. *British Journal of Health Psychology*, 4, 97-116. **Documento digital.**

Lecturas complementarias:

- Dohrenwend, B.P., & Shroot, P.E. (1985). "Hassles" in the conceptualization and measurement of life stress variables. *American Psychologist* 40, 780-785.

- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behaviour*, 24, 385-396.

- Lazarus, R.S. et al. (1985). Stress and adaptational outcomes. *American Psychologist* 40, 770-779.

- Schroeder, D., & Costa, P. (1984). Influence of life event stress on physical illness: substantive effects or methodological flaws? *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 853-863.

Semana 8: Estrés, salud y enfermedad (parte I).

- Matthews, G., & Deary, I. (1998). Stress, health and medical psychology (Cap. 8, pp 173-197). En G. Matthews y I. Deary. *Personality Traits*. Cambridge: University Press.
- Steptoe, A. (1991). The links between stress and illness. *Psychosomatic research*, 35, 633-644.
- Pereira. M. (2003). Estrés y salud (Cap. 8, pp. 229-233). En L. Oblitas (2003). *Psicología de la salud y calidad de vida*. México: Thompson.

Lecturas complementarias:

- Roger, D. (1995). *The mechanics of stress: A model for the relationship between stress, health and personality*. Ponencia presentada en la 5ta. Conferencia Internacional en Manejo del Estrés, Noordwijkerhout, Holanda.
- Kasl, S., & Rapp, S. (1991). Stress, health, and well-being: The role of individual differences (Cap. 11). En C.L. Cooper and R. Payne. *Personality and Stress: Individual differences in the stress process*. London: John Wiley & Sons Ltd.

Semana 9: Estrés, salud y enfermedad (parte II). Nociones de Psiconeuroinmunología.

- Bayes, R. (1994). Psiconeuroinmunología, salud y enfermedad. *Cuadernos de Medicina Psicosomática*, 30, 28-34.
- Maier, S. et al. (1994). Psychoneuroimmunology. The interface between behavior, brain and immunity. *American Psychologist*, 49, 1004-17.
- Roger, D., & Najarian, B. (1998). The relationship between emotional rumination and cortisol secretion under stress. *Personality and Individual Differences*, 24, 531-538.

Lecturas complementarias:

- Black, P. (1994). Central nervous system-immune system interactions: Psychoneuroendocrinology of stress and its immune consequences. *Antimicrobial agents and chemotherapy*, 38, 1-6.
- Ursin, H. et al. (1984). Psychological stress-factors and concentrations of immunoglobulins and complement components in humans. *Scandinavian Journal of Psychology*, 25, 340-347.

Semana 10: Estrategias y técnicas para el manejo del estrés.

- Crespo, M., y Labrador, F. (2003). Tratamiento I: Guía para el terapeuta (Cap. 4). En M. Crespo y F. Labrador (2003). *Estrés*. Editorial Síntesis.
- Meichenbaum, D. (1986). *Stress inoculation training* (Caps. 3, 4, 5 & 6). New York: Pergamon Press.

Semana 11: Tópicos especiales en estrés.

Estrés en el contexto organizacional. Estrés en el contexto académico y en poblaciones infantiles.

- Dávila, B.; y Guarino, L. (2001). Fuentes de Estrés y Estrategias de afrontamiento en escolares venezolanos. *Revista Interamericana de Psicología*, 1, 97-112.

- Mas, B. (2001). Trastorno por estrés postraumático: El abuso sexual infantil y su tratamiento. En J. M. Buceta, A. M. Bueno y B. Mas (2001). *Intervención psicológica y salud: Control del estrés y conductas de riesgo*. Madrid: Dykinson.
- Guarino, L., y Feldman, L. (1995). Estilos de afrontamiento a eventos estresantes en una muestra de estudiantes universitarios. *Comportamiento*, 4, 25-45.
- Guarino, L., et al. (2000). Estrés, salud mental y cambios inmunológicos en estudiantes universitarios. *Psicología Conductual*, 8, 57-71.
- Guarino, L., Gavidia, I., y Antor, M. (2000). Factores psicosociales e inmunidad en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología Contemporánea*, 7, 72-77.
- Kristensen, T. (1995) The demand-control model: Methodological challenges and future research. *Stress Medicine*, 11, 17-26.
- Bethelmy, L., y Guarino, L. (2008, en prensa). Afrontamiento y sensibilidad emocional como moderadoras de la relación estrés-salud en médicos venezolanos. *Summa Psicológica UST*. **Documento digital**.
- Sojo, V., y Guarino, L. (2009, en prensa). Estilos de afrontamiento, factores socio-demográficos, y salud general en desempleados venezolanos. *Psicología del Trabajo y las Organizaciones*. **Documento digital**

CRITERIOS PARA ELABORACIÓN DE ENSAYO FINAL

El ensayo pretende abordar la revisión de la literatura actual sobre un tópico específico relacionado con el estrés. Pretende dar respuesta a una interrogante de investigación en el área.

La revisión debe incluir análisis de investigaciones empíricas recientes, así como de modelos teóricos que sustenten la pregunta de investigación. El

ensayo permitirá introducir a los estudiantes en un t3pico especifico que podr3a eventualmente convertirse en marco te3rico de un trabajo de grado final en el 3rea.

M3nimo 10 paginas - m3ximo 20, incluyendo bibliograf3a.

CRITERIOS PARA ELABORACI3N DE INTEGRACIONES ESCRITAS

Se espera que los estudiantes elaboren una s3ntesis cr3tica por escrito de las lecturas obligatorias asignadas para cada sesi3n, la cual puede ser enriquecida con bibliograf3a complementaria sugerida por el profesor o escogida por el propio estudiante.

Estas integraciones ser3n de m3ximo 5 p3gs. a 1 1/2 espacios.