



DECANATO DE POSTGRADO
COORDINACIÓN DE PSICOLOGÍA
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA

BIOPSIKOLOGÍA DEL ESTRÉS

Código: CC7448

Créditos: 3

Horas: 3 semanales

Profesora: Leticia Guarino de Scremin

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: Hacer una revisión amplia de la literatura sobre el fenómeno del estrés, considerando desde una perspectiva crítica los aspectos conceptuales, su evaluación y las estrategias para su manejo y control.

Específicos:

Que el participante:

1. Conozca los antecedentes del concepto de estrés y su reformulación actual.
2. Conozca las diversas estrategias e instrumentos de medición del estrés, analizando críticamente sus fortalezas y debilidades desde una perspectiva psicométrica.

3. Analice y discuta los procedimientos psicológicos de intervención para el manejo del estrés.
4. Analice y discuta las investigaciones básicas y aplicadas sobre el estrés en diversos contextos y poblaciones.

III. 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

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. (1999). Stress and Emotion (Cap. 2, pp. 37–48). R. Lazarus, Stress and Emotion. A new synthesis. London: Free Association Books.
- Lazarus, R. (1999). Psychological Stress and Appraisal (Cap. 3, pp. 49–61). En R. Lazarus. (op cit.)
- Selye, H. (1975). Tensión sin angustia. Ediciones Guadarrama. (Cap. 1).

Semana 3: **El Proceso de estrés y sus componentes.**

- Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). Estrés y procesos cognitivos. Barcelona: Ediciones Martínez Roca. (Cap. 2 y 6)
- Tennen, H., Affleck, G., Armeli, S., & Carney, M. (2000). A daily process approach to coping. American Psychologist, 55, 6, 626–636
- Beech, H.R., Burns, L.E., & Sheffield, B.F. (1984). Occupational stress and stress reactions (Cap. 1, pp. 8–14). A behavioral approach to the management of stress. Chichester: John Wiley & Sons.

Semana 4: **Variables moderadores 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.

- 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.

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

- Guarino, L., Roger, D., & Olason, D. (2001). Reconstructing N: A new approach to measuring emotional sensitivity. Ponencia presentada en el X Encuentro de la Sociedad Internacional para el estudio de las Diferencias Individuales, Edimburgo, Escocia.
- Roger, D. (2000). Self-esteem, stress and emotion. En Enciclopedia of stress (pp. 412-416). Academic Press.
- 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.

Semana 6: Bases biológicas del estrés.

- Bensabat, S. (1984). Fisiología y mecanismo del estrés (Cap. 4). En Bensabat, S. (Eds.). Stress. Ediciones Mensajero.
- Valdés, M., y De Flores, T. (1990). Consecuencias biológicas de la activación (Caps. 3 y 4). En Valdés, M. y De Flores, T. Psicobiología del estrés. Ediciones Martínez Roca.

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

- Dohrenwend, B.P., & ShROUT, P.E. (1985). "Hassles" in the conceptualization and measurement of life stress variables. *American Psychologist* 40, 780-785.
- 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.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behaviour*, 24, 385-396.

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.
- 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.
- Steptoe, A. (1991). The links between stress and illness. *Psychosomatic research*, 35, 633-644.
- 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.

- Roger, D., & Najarian, B. (1998). The relationship between emotional rumination and cortisol secretion under stress. *Personality and Individual Differences*, 24, 531-538.

- Bayes, R. (1994). Psiconeuroinmunología, salud y enfermedad. Cuadernos de Medicina Psicosomática, 30, 28-34.
- 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.
- Maier, S. et al. (1994). Psychoneuroimmunology. The interface between behavior, brain and immunity. American Psychologist, 49, 1004-17.

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

- 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.
- 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.
- Levi, L. (2000) Stressors at the workplace: Theoretical models. En P. Shnall, K. Belkié; P. Landbergis; D. Baker (Eds.). *Occupational Medicine. The Workplace and Cardiovascular Disease: State of the Art Reviews*. N° 1, January-March. Philadelphia, Hanley & Belfus, Inc.

CRITERIOS PARA LA ELABORACIÓN DEL 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 el tópico específico que podría eventualmente convertirse en marco teórico de su tesis final.

Mínimo 10 páginas - máximo 20, incluyendo bibliografía.