

# REVISTA PSICOLOGIA, SAÚDE & DOENÇAS



Suplemento ao Volume 25

## RESUMOS DO 15º CONGRESSO NACIONAL DE PSICOLOGIA DA SAÚDE

O 15º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde decorreu na Egas Moniz School of Science & Health, Monte da Caparica, Almada, Portugal, de 31 de janeiro a 3 de fevereiro de 2024

Editores deste Suplemento:  
**Margarida Ferreira de Almeida**

**TEMA DO CONGRESSO:**  
“Equidade, inclusão e sustentabilidade na prática da psicologia da saúde”

Sítio do congresso: <https://www.15cnps.com/>

## COMISSÃO ORGANIZADORA

Catarina Ramos (Coord.)

Alexandra Ferreira-Valente  
Ana Rita Pereira  
Eduardo Remor  
Elisa Kern de Castro  
Francis Carneiro  
Isabel Leal  
Joana Jesus  
José Alberto Gonçalves  
José Luís Pais Ribeiro  
Luís Querido

Margarida Ferreira de Almeida  
Margarida Jarego  
Marta Reis  
Paulo Chaló  
Patrícia Gouveia  
Pedra Alexandre Costa  
Rita Antunes  
Sofia von Humboldt  
Tatiana Tavares  
Teresa Andrade

## COMISSÃO CIENTÍFICA

Alexandra Ferreira-Valente  
Ana Alexandra Carvalheira  
Anabela Pereira  
Catarina Ramos  
Cristina Queirós  
Cristina Godinho  
Elisa Kern de Castro  
Filipa Pimenta  
Helena Moreira  
Henrique Pereira  
Inês Jongenelen  
Isabel Leal  
Isabel Santos  
Isabel Silva  
Ivone Patrão  
João Justo  
João Viseu  
Jorge Cardoso  
José Luís Pais Ribeiro  
Luís Querido  
Luísa Barros  
Margarida Gaspar de Matos  
Margarida Pocinho  
Maria Cristina Faria  
Maria da Glória Franco  
Maria Graça Pereira  
Marta Marques  
Marta Reis  
Patrícia Pascoal  
Pedro Alexandre Costa  
Rute Meneses  
Sara Monteiro  
Saúl Neves de Jesus  
Tânia Gaspar

Ispa - Instituto Universitário  
Ispa - Instituto Universitário  
Universidade de Évora  
Egas Moniz School of Science & Health  
Universidade do Porto  
Universidade NOVA de Lisboa  
Egas Moniz School of Science & Health  
Ispa - Instituto Universitário  
Universidade de Coimbra  
Universidade da Beira Interior  
Universidade Lusófona do Porto  
Ispa - Instituto Universitário  
Universidade de Aveiro  
Universidade Fernando Pessoa  
Ispa - Instituto Universitário  
Universidade de Lisboa  
Universidade de Évora  
Egas Moniz School of Science & Health  
Sociedade Portuguesa de Psicologia da Saúde  
Egas Moniz School of Science & Health  
Universidade de Lisboa  
Universidade de Lisboa  
Universidade da Madeira  
Instituto Politécnico de Beja  
Universidade da Madeira  
Universidade do Minho  
Ispa - Instituto Universitário  
Egas Moniz School of Science & Health  
Universidade Lusófona  
Ispa - Instituto Universitário  
Universidade Fernando Pessoa  
Universidade de Aveiro  
Universidade do Algarve  
Universidade Lusíada

## ORGANIZAÇÃO



## APOIOS

Pastéis de Belém® **babu**®  
≈ desde 1837 ≈



## **CONFERENCISTAS CONVIDADOS**

**Lucy Selman**

GRIEF RESEARCH, PUBLIC ENGAGEMENT AND POLICY IMPACT

University of Bristol

**Rikard K. Wicksell**

AGILE USER-CENTERED DEVELOPMENT AND SCIENTIFIC INNOVATION OF DIGITAL  
BEHAVIORAL HEALTH TO IMPROVE THE STANDARD OF TREATMENT FOR CHRONIC  
PAIN

Karolinska Institutet

**Claudia H. Giacconi**

CONTRIBUIÇÕES DA PSICOLOGIA POSITIVA PARA A PSICOLOGIA DA SAÚDE:  
IMPACTOS DAS 3 ONDAS

Universidade Federal do Rio Grande do Sul e Associação Brasileira de Psicologia Positiva

**Jorge Cardoso**

SAÚDE SEXUAL INCLUSIVA NA DIVERSIDADE FUNCIONAL E NEURODIVERSIDADE:  
DA DEFICIENTIZAÇÃO À CAPACITAÇÃO

Egas Moniz School of Science & Health

**Ana Alexandra Carvalheira**

DESIGUALDADES E ASSIMETRIAS NA SEXUALIDADE NO ENVELHECIMENTO

Ispa - Instituto Universitário

**Eduardo Carqueja**

Centro Hospitalar Universitário de São João

## **EDITORIAL**

Disponível em Breve.

**PARTE I**

**SIMPÓSIOS**

# SAÚDE MENTAL E BEM-ESTAR EM SITUAÇÕES DE ADVERSIDADE

**Coordenadora:** Isabel Silva (isabels@ufp.edu.pt)

**Moderadora:** Glória Jólluskin (gloria@ufp.edu.pt)

Universidade Fernando Pessoa, Porto, Portugal

**Objetivos:** O presente simpósio tem como objetivo criar um espaço de reflexão sobre a saúde mental e o bem-estar em distintas situações de adversidade.

**Relevância:** A investigação conduzida em contextos de adversidade não raras vezes reduz as questões relativas à saúde mental à presença ou ausência de sintomas de psicopatologia, de perturbação ou disfuncionalidade. No entanto, urge que o planeamento e implementação de intervenções nesses contextos com vista à promoção da saúde mental e ajustamento adotem uma visão ampla desta.

**Sumário:** Neste simpósio focam-se três contextos distintos de adversidade – o contexto de doença de alguém significativo, um contexto profissional desafiante e o contexto da pandemia de COVID-19. Começa por se apresentar a comunicação intitulada “Avaliação do impacto do cancro da mama nos companheiros: Revisão sistemática”, que apresenta uma revisão da literatura sobre os instrumentos de avaliação disponíveis para medir esse impacto nesta população. Na segunda comunicação, é apresentado um estudo empírico, intitulado “Escala de impacto da doença em companheiros de mulheres com cancro da mama”, em que se descreve o processo de construção e o estudo de validação de um novo instrumento. A terceira comunicação, intitulada “Flourishing, well-being and life satisfaction in Portuguese Veterinarians”, debruça-se sobre a saúde mental no grupo profissional dos veterinários, que é confrontado com situações desafiantes, como gerir emoções fortes das pessoas responsáveis pelos animais de estimação e a quem não raras vezes é delegada a responsabilidade pela decisão de eutanasiar os mesmos. Finalmente, apresenta-se a comunicação intitulada “Restrição da liberdade, qualidade de vida e saúde mental durante o confinamento”, que pretende explorar os resultados da investigação conduzida nos domínios da saúde e qualidade de vida dos cidadãos portugueses durante o período de pandemia.

*Palavras-Chave:* Saúde mental, Bem-estar, Adversidade

## AVALIAÇÃO DO IMPACTO DO CANCRO DA MAMA NOS COMPANHEIROS: REVISÃO SISTEMÁTICA

Diana Marinho (38635@ufp.edu.pt)<sup>1</sup>, & Isabel Silva<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Universidade Fernando Pessoa, Porto, Portugal; <sup>2</sup>FP-B2S, Universidade Fernando Pessoa, Porto, Portugal

O diagnóstico e tratamento do cancro da mama na mulher tem um impacto significativo não só na vida desta, mas também nos seus companheiros, que assumem um papel ativo na prestação de apoio, estando expostos a impactos físicos, psicológicas e sociais da doença. A presente revisão sistemática teve o propósito de identificar e analisar os instrumentos disponíveis para avaliar o impacto da doença e dos seus tratamentos na relação dos companheiros com as mulheres diagnosticadas com cancro da mama. Foi conduzida uma pesquisa na base de dados B-on com a seguinte frase booleana: (questionnaire or survey or scale or instrument) AND breast cancer AND marital roles AND (partner or spouse), considerando o período entre 2012 a 2022. Aplicados os critérios de inclusão/exclusão, 5 estudos foram selecionados para a revisão final. Constatou-se que este é um domínio de estudo ainda pouco explorado, sendo que os poucos estudos existentes avaliam os companheiros de mulheres com cancro da mama através de instrumentos de avaliação psicológicos genéricos destinados à população em geral. Há necessidade de criar e validar instrumentos específicos para avaliar esta população de forma a se poder intervir nas dificuldades durante e após a doença.

*Palavras-Chave:* Cancro da mama, Companheiros, Questionário, Avaliação

## **ESCALA DE IMPACTO DA DOENÇA EM COMPANHEIROS DE MULHERES COM CANCRO DA MAMA**

Diana Marinho (38635@ufp.edu.pt)<sup>1</sup>, Isabel Silva<sup>2</sup>, & Raquel Guimarães<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Universidade Fernando Pessoa, Porto, Portugal; <sup>2</sup>FP-B2S, Universidade Fernando Pessoa, Porto, Portugal; <sup>3</sup>Centro Hospitalar Universitário de São João, Porto, Portugal

A conceção de programas de promoção do bem-estar para companheiros de mulheres diagnosticadas com cancro da mama implica a existência de instrumentos de medida específicos, que considerem os domínios efetivamente relevantes para esta população. O objetivo deste estudo exploratório foi construir e validar uma escala para avaliar o impacto do diagnóstico e tratamento do cancro da mama nos companheiros. Uma amostra de conveniência de 84 companheiros de mulheres que tiveram diagnóstico de cancro da mama respondeu ao questionário desenvolvido no presente estudo, questionário sociodemográfico, Escala de qualidade de vida do familiar/cuidador do doente oncológico (CQOLC) e versão portuguesa da Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS). Foi desenvolvida a Escala de Avaliação do Impacto do Cancro da Mama nos Companheiros (EAICMC), com 24 itens, organizados em três fatores. A EAICMC revelou boa fidelidade ( $\alpha=0,82$ ). A correlação item-total e item-subescalas comprovou a sua aceitável validade interna convergente/discriminante e a distribuição das respostas pelos seus itens demonstrou que possui uma razoável sensibilidade. A correlação entre os scores obtidos na EAICMC, HADS e CQOLC confirmou a validade externa da escala. Trata-se de um instrumento bem aceite e que poderá ser útil para a prática clínica.

*Palavras-Chave:* Cancro da mama, Qualidade de vida, Companheiros, Escala

## **FLOURISHING, WELL-BEING AND LIFE SATISFACTION IN PORTUGUESE VETERINARIANS**

Isabel Silva (isabels@ufp.edu.pt)<sup>1</sup> & Gloria Jólluskin<sup>1</sup>

<sup>1</sup>FP-B2S, Universidade Fernando Pessoa, Porto, Portugal

Mental health of veterinarians has been subject of attention, particularly in a negative point of view – presence of psychopathology symptoms and the negative impact of professional activity on their quality of life and well-being. However, very little is known about the presence of positive indicators in this population. This exploratory study intends to deepen the knowledge concerning Portuguese veterinarians' mental health, particularly in what concerns to flourishing, well-being and satisfaction with life. Participants were 134 Portuguese veterinarians, 81,3% female, with a mean age of 33,66 years ( $SD = 8,44$ ), an education level between 1<sup>st</sup> and 3<sup>rd</sup> cycle of higher education; working as veterinarians between 0,17 and 37 years, who answered to a sociodemographic questionnaire, the Flourishing Index (FI), Mental Health Continuum (MHC-SF) and Life Satisfaction Questionnaire. Results show that 31,3% of the veterinarians are flourishing, 59,7% present moderate mental health and 9% are classified as being languishing. Life satisfaction and well-being are only moderate, and health perception is just reasonable. It is concluded that there is a need to comprehensively assess mental health in this professional group, considering not only the absence of illness, but also the presence of positive psychological indicators.

*Keywords:* Veterinarians, Mental health, Flourishing

## **RESTRICÇÃO DA LIBERDADE, QUALIDADE DE VIDA E SAÚDE MENTAL DURANTE O CONFINAMENTO**

Gloria Jólluskin (gloria@ufp.edu.pt)<sup>1</sup>, Isabel Silva<sup>1</sup>, & Ana Sofia Boticas<sup>1</sup>



A pandemia da Covid-19 pode ser considerada um dos maiores problemas de saúde pública internacional dos últimos decénios, sendo evidentes os problemas de saúde mental ligados à imposição do confinamento durante a mesma. Realizamos uma revisão sistemática de literatura com o objetivo de analisar os efeitos da restrição da liberdade e do isolamento social na qualidade de vida das pessoas em Portugal durante o período de pandemia. Recorremos à Biblioteca do Conhecimento Online (B-On), procurando artigos publicados entre setembro de 2019 e março de 2022, e utilizando os indicadores: “Mental Health AND Confinement OR Quarantine OR Lockdown”, com seleção do campo “[TI Título]” e “Portugal OR Portuguese”. Os artigos incluídos no estudo identificaram efeitos negativos do confinamento no bem-estar mental e no estado emocional, associados a comportamentos de estilo de vida pouco saudáveis, inatividade física e social, má qualidade de sono, comportamentos alimentares pouco saudáveis, desemprego ou inatividade laboral e maior utilização da tecnologia durante o período de confinamento. As medidas de restrição culminaram no agravamento da sintomatologia depressiva, de ansiedade e na diminuição da qualidade de vida, associada a sentimentos de solidão e isolamento social.

*Palavras-Chave:* Saúde mental, Qualidade de vida, Efeitos psicológicos, Confinamento, Privação de liberdade

## **PSILINK - MODELO INTERVENTIVO NUMA EQUIPA DE PEDOPSIQUIATRIA DE LIGAÇÃO HOSPITALAR**

**Coordenadora:** Tânia Duque (tania.duque@hff.min-saude.pt)

Serviço de Psiquiatria da Infância e Adolescência no Hospital Prof. Dr. Fernando Fonseca (HFF), Amadora, Portugal

**Objetivos:** Pretende-se com este Simpósio apresentar e discutir os resultados de quatro estudos realizados no âmbito da intervenção da Equipa de Pedopsiquiatria de Ligação do HFF.

**Relevância:** A Equipa constituída por quatro psicólogos e duas pedopsiquiatras, intervém na área da saúde mental em crianças, adolescentes com patologia orgânica associada a psicopatologia moderada a grave e cuidadores, englobando mediadores biológicos, psicológicos e sociais de bem-estar. A atividade clínica hospitalar de ligação deve estar apoiada cientificamente nas necessidades em saúde mental das crianças, adolescentes e famílias e das equipas hospitalares que as acompanham e no impacto das intervenções realizadas.

**Sumário:** A equipa desenvolve atividade assistencial em ambulatório (e.g., consultas individuais e grupos terapêuticos), internamento e promove atividade formativa e de articulação estreita com as equipas pediátricas. Distinguem-se, neste conjunto quatro comunicações. Na primeira, “ART - Necessidades clínicas e formativas de pediatras em saúde mental”, serão abordadas as competências e conhecimentos em saúde mental que a equipa pediátrica considera relevantes desenvolver para uma intervenção integrada, na doença crónica. Na comunicação 2, “CHAT - Grupo de Treino de Competências Sociais para jovens em Contexto Hospitalar”, incide no impacto de uma intervenção grupal com jovens com Perturbação do Espectro do Autismo (PEA) nas habilidades sociais entre pares. Na comunicação 3, “CALL – Intervenção em grupo com Adolescentes com Doença Falciforme”, apresenta-se um projeto de intervenção focado no conhecimento da patologia e promoção de competências socioemocionais que facilitem a adaptação à doença. São analisadas as vivências associadas à gestão da doença e as mudanças comportamentais percebidas. Na comunicação 4, “JUMP! - Perceções sobre um programa parental de intervenção grupal na obesidade”, através de um estudo qualitativo, pretende-se analisar as dinâmicas grupais identificadas como significativas para o processo de mudança de estilo de vida. Em todas as comunicações será discutida a relevância clínica dos resultados numa equipa multidisciplinar de ligação.

*Palavras-Chave:* Pedopsiquiatria de ligação, Doença crónica, Intervenções grupais, Pediatria

## **ART - NECESSIDADES CLÍNICAS E FORMATIVAS DE PEDIATRAS EM SAÚDE MENTAL**

Tânia Duque (tania.duque@hff.min-saude.pt)<sup>1</sup>, Rita Alves<sup>2</sup>, Ana Prioste<sup>2</sup>, Samuel Branco<sup>2</sup>, Leonor Ferreira<sup>2</sup>, Ana Bárbara Santos<sup>1</sup>, Mariana Fortunato<sup>1</sup>, Vasco Ferreira<sup>1</sup>, & Catarina Pereira<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Serviço de Psiquiatria da Infância e Adolescência no Hospital Prof. Dr. Fernando Fonseca, Amadora, Portugal; <sup>2</sup>Unidade de Psicologia do Hospital Prof. Dr. Fernando da Fonseca, Amadora, Portugal

As doenças crónicas pediátricas são condições médicas pervasivas e debilitantes, podendo coexistir sintomas psicológicos ou perturbações psiquiátricas. O envolvimento de uma equipa de pedopsiquiatria e psicologia nos cuidados de saúde com esta população é essencial. A Equipa de Pedopsiquiatria de Ligação do Hospital Professor Doutor Fernando da Fonseca intervém na área da saúde mental em crianças e adolescentes com patologia física associada a psicopatologia moderada a grave, englobando mediadores biológicos, psicológicos e sociais de bem-estar. A equipa desenvolve atividade assistencial em ambulatório (e.g., consultas individuais e grupos terapêuticos) e internamento pediátrico, atividade formativa e de articulação estreita com as equipas pediátricas. Este estudo tem como objetivo mapear os temas gerais e específicos que os pediatras têm interesse em desenvolver e compreender mais aprofundadamente. Para tal, foram realizadas entrevistas individuais semi-estruturadas com sete pediatras ( $n = 7$ ), aplicando um guião composto por nove questões. Os dados foram analisados através da Análise Temática, tendo sido identificados os facilitadores e barreiras no trabalho dos profissionais de saúde pediátrica, as perceções sobre saúde mental e as competências e conhecimentos que consideram relevantes desenvolver. São discutidos os contributos para práticas interventivas na população pediátrica mais adaptadas e sensíveis à saúde mental.

*Palavras-Chave:* Pedopsiquiatria de ligação, Pediatria, Necessidades formativas, Saúde mental

## **CHAT - GRUPO DE TREINO DE COMPETÊNCIAS SOCIAIS PARA JOVENS EM CONTEXTO HOSPITALAR**

Leonor Ferreira<sup>2</sup>, Samuel Branco (samuel.branco@hff.min-saude.pt)<sup>2</sup>, Rita Alves<sup>2</sup>, Ana Prioste<sup>2</sup>, Tânia Duque<sup>1</sup>, Giovana Taboada<sup>2</sup>, & Catarina Pereira<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Serviço de Psiquiatria da Infância e Adolescência no Hospital Prof. Dr. Fernando Fonseca, Amadora, Portugal; <sup>2</sup>Unidade de Psicologia do Hospital Prof. Dr. Fernando da Fonseca, Amadora, Portugal

A Perturbação do Espectro do Autismo (PEA) é uma condição crónica do neurodesenvolvimento que compromete as áreas da comunicação-interacção social e padrões comportamentais (rígidos e repetitivos), com impacto significativo no quotidiano. As dificuldades permanecem ao longo da vida, embora a intervenção precoce permita minimizar o seu impacto no futuro. Em contexto hospitalar, desenvolveu-se um programa de competências sociais com jovens com PEA, adaptado do Programa original “Peers Social Skills Group for Adolescents”. O programa de 12 sessões é dirigido aos jovens e cuidadores e pretende promover o ajustamento social dos jovens através de didáticas, demonstrações e práticas em situações de interação. Este estudo tem como objetivo explorar os potenciais efeitos positivos desta tipologia de intervenção na adaptação social. Participaram neste estudo dez cuidadores cujos filhos integraram este grupo de intervenção. Realizou-se um estudo qualitativo e exploratório sobre a perceção parental do comportamento dos jovens. Os dados foram recolhidos através de um guião construído para o efeito, numa entrevista semi-estruturada, e foram analisados através da Análise Temática. Os resultados obtidos focaram o impacto da intervenção na integração social (e.g., maior iniciativa e predisposição para a interação e menor isolamento social) e no humor. Serão discutidas as implicações clínicas dos resultados.

*Palavras-Chave:* Perturbação do espectro do autismo, Competências sociais, Perceção parental

## **CALL – INTERVENÇÃO EM GRUPO COM ADOLESCENTES COM DOENÇA FALCIFORME**

Rita Alves (rita.r.alves@hff.min-saude.pt)<sup>2</sup>, Ana Prioste<sup>2</sup>, Leonor Ferreira<sup>2</sup>, Samuel Branco<sup>2</sup>, Ana Bárbara Santos<sup>1</sup>, Rita Felício<sup>2</sup>, Helena Ramos<sup>2</sup>, Tânia Duque<sup>1</sup>, & Catarina Pereira<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Serviço de Psiquiatria da Infância e Adolescência no Hospital Prof. Dr. Fernando Fonseca, Almada, Portugal; <sup>2</sup>Unidade de Psicologia do Hospital Prof. Dr. Fernando da Fonseca, Almada, Portugal

A Doença Falciforme (DF) é uma hemoglobinopatia associada a manifestações clínicas com comprometimento grave de diversos órgãos, com um impacto significativo na qualidade de vida. O tratamento visa medidas gerais e preventivas para minimizar as complicações desta patologia crónica como, as crises vaso-oclusivas e as infeções. A vivência com DF na adolescência é particularmente desafiante pela imprevisibilidade e necessidade de mudanças no estilo de vida. O CALL é um projeto piloto de intervenção grupal para adolescentes com DF, desenvolvido pela equipa de Pedopsiquiatria de Ligação do HFF. A intervenção desenvolve-se ao longo de cinco sessões semanais focadas no conhecimento da patologia e promoção de competências socio-emocionais que facilitem a adaptação à doença. Este estudo tem como objetivo investigar as vivências associadas à gestão da doença e as mudanças comportamentais percebidas (e.g., adesão à terapêutica; estratégias de autocuidado). Neste estudo qualitativo, transversal e exploratório, realizaram-se entrevistas semi-diretivas, através de um guião, aos cinco adolescentes participantes ( $N = 5$ ). Os dados, analisados através da Análise Temática, identificaram a importância do autocuidado físico, emocional e social, da regulação emocional e da adesão à terapêutica. São discutidas as implicações clínicas e a relevância das intervenções grupais na abordagem multidisciplinar com adolescentes com DF.

*Palavras-Chave:* Doença falciforme, Adolescentes, Intervenção em grupo

## **JUMP! – PERCEPÇÕES SOBRE UM PROGRAMA PARENTAL DE INTERVENÇÃO GRUPAL NA OBESIDADE**

Ana Prioste (ana.prioste@hff.min-saude.pt)<sup>2</sup>, Rita Alves<sup>2</sup>, Leonor Ferreira<sup>2</sup>, Samuel Branco<sup>2</sup>, Joana Martinho<sup>2</sup>, Filipa Rodrigues<sup>2</sup>, Leonor Nápoles<sup>2</sup>, Catarina Manuel<sup>1</sup>, Mariana Fortunato<sup>1</sup>, Tânia Duque<sup>1</sup>, Sara Santos<sup>3</sup>, Andreia Duarte<sup>3</sup>, & Catarina Pereira<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Serviço de Psiquiatria da Infância e Adolescência no Hospital Prof. Dr. Fernando Fonseca, Almada, Portugal; <sup>2</sup>Unidade de Psicologia do Hospital Prof. Dr. Fernando da Fonseca, Almada, Portugal; <sup>3</sup>Técnica Superior de Reabilitação Psicomotora/Psicomotricista

O carácter epidémico da obesidade pediátrica constituiu uma das maiores preocupações de saúde pública atuais nos países industrializados. O JUMP! é um programa de intervenção, dirigido a pais com filhos com obesidade, desenvolvido em contexto hospitalar pela equipa de Pedopsiquiatria de Ligação do HFF. Este programa é constituído por 13 sessões focadas na promoção de práticas parentais positivas, regulação emocional e estilos de vida saudáveis. O presente trabalho pretende, com recurso a uma amostra de cinco pais que participaram no JUMP! ( $N = 5$ ), analisar: (1) as dinâmicas identificadas como significativas e (2) as mudanças potenciadas. Foi conduzido um estudo qualitativo transversal e exploratório. A amostra foi recolhida através de um pedido de colaboração aos pais que participaram previamente no programa. Os dados foram recolhidos através de um guião numa entrevista semi-diretiva e foram analisados através da Análise Temática. Foram identificados como temas centrais a revisitação das práticas parentais (e.g., mudança nas estratégias de reforço positivo, definição de regras claras) e a mudança no estilo de vida familiar (e.g. coerência das rotinas alimentares e criação de rituais). São discutidas as implicações para a prática clínica, evidenciando a importância de uma intervenção multissistémica e multidisciplinar na obesidade em idade pediátrica.

*Palavras-Chave:* Intervenção parental, Obesidade, Parentalidade, Estilo de vida

## **PERSPETIVAS DE MUDANÇA: SAÚDE MENTAL, BEM-ESTAR SEXUAL, NEGLIGÊNCIA, IDADISMO E PARTICIPAÇÃO CÍVICA**

**Coordenador:** Sofia von Humboldt

William James Center for Research, ISPA- Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

**Objetivos:** A recente pandemia trouxe mudanças duradouras com impacto na saúde mental da população. Desta forma, é relevante a compreensão de desafios ao longo do ciclo de vida que englobam por um lado a interação entre a saúde mental, e as dimensões do bem-estar sexual, (e.g., intimidade, desejo e expressão sexual), e por outro, a relação com o idadismo e a participação cívica. Adicionalmente, a violência por negligência nos idosos é atualmente um desafio crescente. Desta forma, os objetivos deste simpósio são os seguintes: 1) Investigar a relação entre a ansiedade e o desejo sexual feminino; 2) Analisar a violência por negligência na adultícia avançada; 3) Analisar a influência da pandemia de COVID-19 na intimidade sexual e saúde mental dos idosos; 4) Compreender como a demência afeta a expressão sexual dos idosos; e; 5) Explorar o efeito do idadismo e das atividades cívicas na saúde mental dos idosos.

**Relevância:** Estes temas são relevantes para a intervenção psicológica em psicologia da saúde porque podem contribuir significativamente para o bem-estar e saúde mental da população ao longo do ciclo de vida, oferecendo uma perspetiva única sobre os desafios enfrentados em tempos de mudança.

**Sumário:** Acresce que este simpósio também aborda diversos desafios no processo de envelhecimento, incluindo idadismo, participação cívica, bem-estar sexual, violência pela negligência e saúde mental, que podem influenciar intervenções e políticas de saúde especificamente definidas. Desta forma, a primeira comunicação reflete a relação entre a ansiedade e o desejo sexual feminino. A segunda comunicação investiga a violência por negligência e os fatores de risco na adultícia avançada. Na comunicação seguinte é analisado o impacto da pandemia Covid-19 na intimidade sexual na saúde mental. A quarta comunicação examina como a demência influencia a expressão sexual. Finalmente, a última comunicação investiga a relação entre idadismo, envolvimento cívico e saúde mental dos idosos.

**Palavras-Chave:** Ansiedade, Bem-estar sexual, Demência, Idadismo, Saúde mental, Violência por negligência

## **ANSIEDADE E O IMPACTO NO DESEJO SEXUAL DA MULHER**

Andrea Costa (ac20.5.92@gmail.com)<sup>1</sup>, & Sofia von Humboldt<sup>2</sup>

<sup>1</sup>ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>William James Center for Research, ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

O indivíduo pode apresentar alterações que levem ao surgimento de dificuldades e/ou disfunções sexuais. Uma das dificuldades mais comuns na mulher, é sentir desejo ou excitação e isso pode dever-se a fatores psicológicos como a ansiedade. O objetivo deste estudo visa explorar de que forma a ansiedade influencia o desejo sexual da mulher. Neste estudo de análise qualitativa exploratória, participaram 14 mulheres, pacientes em consultório, com idades entre os 20 e os 40 anos com sintomas de ansiedade e diminuição do desejo sexual. Foram efetuadas entrevistas semi-estruturadas. Foi realizada uma análise de conteúdo. 93% das participantes referem ter um quadro ansioso e de que a sua ansiedade já afetou o seu desejo sexual. A ansiedade manifestou-se através dos seguintes temas: medo da rejeição, insegurança, e exaustão física e psicológica que as participantes sentem no dia-a-dia, o que faz com que elas percam o desejo sexual. Os resultados deste estudo indicaram que a ansiedade tem impacto no desejo sexual da mulher, através de medos, receios de rejeição, inseguranças e exaustão, podendo contribuir para o desconforto, dor e indisponibilidade da mulher aquando da relação. Assim, este estudo contribui para futuras intervenções num contexto de saúde com mulheres com quadros ansiosos.

**Palavras-Chave:** Ansiedade, Desejo sexual, Sexualidade, Mulher

## **VIOLÊNCIA POR NEGLIGÊNCIA NOS IDOSOS E OS SEUS FATORES DE RISCO: REVISÃO NARRATIVA**

Joana Jesus (JoanaRaquel8@hotmail.com)<sup>1</sup>, Sofia von Humboldt<sup>2</sup>, Luísa Soares<sup>3</sup>, & Isabel Leal<sup>2</sup>

O acentuado envelhecimento populacional é um fenómeno contemporâneo, especialmente notável nos países ocidentais e europeus. Até 2050, prevê-se que a população com mais de 65 anos duplique, acarretando desafios sociais, pessoais e relacionais significativos para os idosos. A investigação em saúde e segurança dos idosos tem crescido nas últimas décadas, incluindo estudos sobre a violência contra idosos. A violência por negligência tem sido subvalorizada, pois apesar de ser altamente impactante, é difícil de detetar e estudar. O objetivo do presente estudo foi rever a literatura sobre a violência por negligência nos idosos e os seus fatores de risco. A pesquisa dos estudos foi efetuada nas bases de dados EBSCO Host, PubMed, Scopus e Scielo, incluindo-se 29 artigos finais. Cinco grandes fatores de risco foram identificados: as características sociodemográficas, o grau de dependência, o baixo suporte social, o baixo sentido de comunidade e os estereótipos sociais/idadismo. Fenómenos específicos, como a transição para a reforma ou perdas significativas de capacidades físicas e cognitivas, aumentam também a vulnerabilidade à negligência. Destaca-se a urgência de estudos que avaliem o risco de violência por negligência nos idosos, particularmente em idosos não institucionalizados.

*Palavras-Chave:* Violência por negligência, Fatores de risco, Idosos, Revisão, Envelhecimento

## **INTIMIDADE SEXUAL E SAÚDE MENTAL DOS IDOSOS DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19**

Sofia von Humboldt (sofia.humboldt@gmail.com)<sup>1</sup>, Gail Low<sup>2</sup>, & Isabel Leal<sup>1</sup>

<sup>1</sup>William James Center for Research, ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Faculty of Nursing, University of Alberta, Edmonton, AB, Canada

A recente pandemia Covid-19 teve um forte impacto nas relações entre os idosos, nomeadamente ao nível da intimidade sexual e consequente saúde mental dos idosos. A questão de investigação foi a seguinte: Como a pandemia da COVID-19 influenciou a intimidade sexual e a saúde mental dos idosos?, e os objetivos do estudo os seguintes: (1) Analisar o efeito da pandemia na intimidade sexual dos idosos e (2) Investigar a influência da intimidade sexual na saúde mental dos idosos durante a pandemia. O estudo qualitativo, com amostragem por conveniência em sistema de bola de neve, envolveu 456 participantes entre os 65 e os 87 anos. Para o primeiro objetivo, emergiram cinco temas: (1) Menor satisfação sexual (68%); (2) Menor desejo sexual (67%); (3) Relações afetivas mais sólidas (34%); (4) Medo de contrair doenças físicas (29%); e (5) Menor atratividade (23%). Para o segundo tema foram referidos três temas: (1) Menor ansiedade e stress (78%); (2) Maior atenção aos estados emocionais negativos (55%); e (3) Menor tensão emocional (41%). A pandemia contribuiu negativamente para a intimidade sexual dos idosos, sendo que a intimidade sexual teve um efeito positivo sentido pelos idosos na sua saúde mental.

*Palavras-Chave:* Pandemia de Covid-19, Saúde mental, Idosos, Intimidade sexual, Bem-estar sexual

## **INFLUÊNCIA DO DIAGNÓSTICO DE DEMÊNCIA NA PERCEÇÃO DA EXPRESSÃO SEXUAL**

Patricia Baião (patricia.m.baiao.silva@gmail.com)<sup>1</sup>, Sofia von Humboldt<sup>2</sup>, & Isabel Leal<sup>2</sup>

<sup>1</sup>ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>William James Center for Research, ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

O diagnóstico e a progressão da demência têm implicações na capacidade dos idosos receberem, experimentarem e expressarem a sua sexualidade. Este estudo tem como objetivo descrever os fatores que influenciam a percepção da idade de idosos sobre a sua expressão sexual, após o diagnóstico de demência de um dos cônjuges. Trata-se de um estudo de natureza qualitativa, transversal e descritivo.

Recorreu-se a uma amostra não probabilística, por conveniência e bola de neve de 10 idosos, cuidadores do parceiro com demência a residirem na comunidade. Os dados foram recolhidos através de um questionário sociodemográfico e entrevistas semiestruturadas. Posteriormente, os dados foram submetidos à análise de conteúdo. A análise de conteúdo permitiu identificar 11 categorias: Aceitação e adaptação; Alteração de rotinas; Desinteresse pelas relações sexuais; Término das relações sexuais; Ausência de afeto; Aumento de agressividade; Perda de identidade; Alteração de comportamentos; Doença e disfunção sexual; Substituição da relação sexual pela manifestação afetiva e Suporte e cuidado. Intervenções no contexto da saúde podem beneficiar da integração destes resultados com impacto na expressão e saúde sexual da díade idosa após o diagnóstico de demência.

*Palavras-Chave:* Expressão sexual, Díade, Diagnóstico, Demência, Idosos.

## **PERSPETIVAS SOBRE SAÚDE MENTAL: IDADISMO E PARTICIPAÇÃO CÍVICA NA ADULTÍCIA AVANÇADA**

Sofia von Humboldt (sofia.humboldt@gmail.com)<sup>1</sup>, Andrea Costa<sup>2</sup>, Namrah Ilyas<sup>3</sup>, & Isabel Leal<sup>1</sup>

<sup>1</sup>William James Center for Research, ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal;

<sup>3</sup>Center for Clinical Psychology, University of the Punjab, Lahore, Pakistan

O idadismo pode influenciar participação cívica dos idosos com efeito na saúde mental. Este estudo teve como questão de investigação: Como o idadismo e a participação cívica intervêm na saúde mental dos idosos? e apresentou três objetivos: investigar o efeito do idadismo nas atividades cívicas dos idosos; analisar a influência do idadismo na saúde mental; e, explorar o impacto da participação cívica na saúde mental dos idosos. Este estudo qualitativo transnacional, com amostragem por conveniência em sistema de bola de neve, incluiu 391 idosos. As entrevistas foram analisadas usando a análise de conteúdo. Para o primeiro objetivo, os resultados indicaram quatro temas: Recusa social (86%); Aptidão reduzida (84%); Expectativas de insucesso (83%); e, Incapacidade de contribuir (77%). Relativamente ao segundo objetivo, os resultados indicaram seis categorias: Desilusão (89%); Zanga (81%); Incompetência (77%); Irrelevância (71%); Ansiedade (68%); e Tensão emocional (63%). Para o terceiro objetivo, surgiram cinco temas: Desenvolver sentido de propósito (81%); Sentir-se socialmente integrado (80%); e, Aprender competências (71%); Praticar o sentido de agência (67%); Expressar-se emocionalmente (54%). Os resultados indicaram a relação entre o idadismo, saúde mental e participação cívica e destacam a participação cívica como relevante para a saúde mental dos idosos.

*Palavras-Chave:* Envelhecimento, Idadismo, Idosos, Participação cívica, Saúde mental

## **NOVOS CONTEXTOS DE ADESÃO EM SAÚDE**

**Coordenadora:** Graça Andrade (mgandrade@estesl.ipl.pt)

<sup>1</sup>H&TRC- Health & Technology Research Center, ESTeSL- Escola Superior de Tecnologia da Saúde, Instituto Politécnico de Lisboa, Lisboa

**Objetivo:** A adesão em saúde refere-se não só ao grau em que os doentes cumprem os tratamentos indicados pelos profissionais de saúde (PS), mas também ao envolvimento do cidadão em comportamentos que promovam a sua saúde e a dos outros. Os três estudos apresentados neste simpósio visam contribuir para um maior conhecimento dos determinantes e da avaliação da adesão em áreas inovadoras.

**Relevância:** Na área dos comportamentos de responsabilidade social em saúde será focada a adesão à doação de leite humano (DLH). Os Bancos de Leite Humano deparam-se consistentemente com um número insuficiente de dadoras. Dada a limitada evidência empírica relacionada com a DLH é

fundamental conhecer os seus determinantes. No contexto da doença crónica, o glaucoma é uma doença em que a adesão é fundamental para reduzir a deterioração grave da função visual, mas em que se verificam taxas elevadas de não adesão. No domínio da avaliação da adesão, a maioria dos questionários avaliam o grau de adesão e os fatores relacionados. Contudo, não são conhecidos questionários que, como o MYMEDS, visem promover uma reflexão do doente sobre as suas dificuldades e sejam simultaneamente uma ferramenta que oriente a comunicação dos PS.

Sumário: A primeira comunicação “Determinantes Sociais e Cognitivos da Doação de Leite Humano” apresenta resultados que confirmam o valor explicativo da Teoria do Comportamento Planeado para a DLH e permitem extrair orientações estratégicas para a promoção da doação. A segunda comunicação “Adesão Inicial e persistência na terapêutica farmacológica do glaucoma”, avalia as flutuações no processo de adesão, identifica alguns determinantes de adesão e os grupos prioritários de intervenção. A terceira comunicação apresenta a validação da versão portuguesa do Questionário MYMEDS como doentes após Enfarte Agudo do Miocárdio, viabilizando a sua utilização pelos PS de modo a adaptar a comunicação às características de cada doente.

*Palavras-Chave:* Adesão, Doação de leite, Glaucoma, Questionário

## **DETERMINANTES SOCIAIS E COGNITIVOS DA ADESÃO À DOAÇÃO DE LEITE HUMANO**

Cláudia Marques (claudiamarquesrd@gmail.com)<sup>1,2</sup>, & Graça Andrade<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Faculdade de Medicina – Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Escola Superior de Tecnologias da Saúde – Instituto Politécnico de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>H&TRC- Health & Technology Research Center, ESTeSL- Escola Superior de Tecnologia da Saúde, Instituto Politécnico de Lisboa, Lisboa, Portugal

O recrutamento de dadoras nos Bancos de Leite Humano é uma prioridade de saúde pública e, para tal, é necessário identificar fatores que encorajam a doação. A investigação sobre determinantes de doação de leite humano (DLH) é reduzida e pouco sustentada em modelos teóricos. Esta investigação teve como objetivo caracterizar e comparar um grupo de dadoras e um de não dadoras relativamente às variáveis atitudinais, e identificar determinantes da DLH, com base na Teoria do Comportamento Planeado (TCP). Estudo observacional analítico transversal, quantitativo. Dados recolhidos através de questionário de autopreenchimento. A amostra incluiu 70 dadoras e 771 não dadoras. Todas as dimensões da TCP foram confirmadas como determinantes da DL, destacando-se a associação entre a atitude em relação ao comportamento e a intenção de ação. As crenças mais relevantes que podem levar à não-doação dizem respeito às expectativas de que a DL poderá causar dor, originar uma produção excessiva de leite e retirar tempo útil. Para aumentar a adesão é fundamental focar em intervenções que visem a alteração de crenças, em particular sobre consequências negativas da DL. Esta é a primeira análise estruturada aos determinantes atitudinais da doação de LH, aplicando a TCP.

*Palavras-Chave:* Atitudes, Teoria do comportamento planeado, Doação de leite humano, Bancos de leite

## **ADESÃO INICIAL E PERSISTÊNCIA NA TERAPÊUTICA FARMACOLÓGICO DO GLAUCOMA**

André Coelho (andre.coelho@estesl.ipl.pt)<sup>1</sup>, Joana Menino<sup>2</sup>, & Pedro Camacho<sup>1,3,4</sup>

<sup>1</sup>H&TRC- Health & Technology Research Center, ESTeSL- Escola Superior de Tecnologia da Saúde, Instituto Politécnico de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>iNOVA4Health, NOVA Medical School, Faculdade de Ciências Médicas, NMS, FCM, Universidade NOVA de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>4</sup>Instituto de Oftalmologia Dr. Gama Pinto

A adesão à terapêutica anti-glaucomatosa permite a otimização da efetividade terapêutica e a redução dos custos associados à doença e suas complicações. Pretendeu-se avaliar a adesão inicial e a persistência na terapêutica anti-glaucomatosa em doentes recém-diagnosticados nos cuidados de

saúde primários da região de Lisboa e Vale do Tejo. Estudo retrospectivo de coorte, com extração dos registos de prescrição e faturação a partir do SIARS, para um período de três anos por cada doente. Adesão inicial foi medida considerando cumulativamente a iniciação do tratamento e a continuidade após a primeira prescrição. A persistência foi medida considerando a proporção de doentes em tratamento no final do tempo de estudo. Do total de 3.548 doentes, 60.3% cumpriram os critérios de adesão inicial, particularmente doentes mais velhos ou em tratamento com um único medicamento, sendo também estes doentes que ao longo dos três anos de tratamento apresentam uma maior persistência no tratamento. No total, 699 (32,7%) doentes descontinuaram o tratamento durante o tempo de estudo. Estes resultados apontam para a necessidade e importância do acompanhamento destes doentes ao longo do tempo, em particular os mais jovens e polimedicados, implementando estratégias que lhes permitam aderir à utilização correta dos seus medicamentos.

*Palavras-Chave:* Glaucoma, Adesão inicial, Persistência

## **VALIDAÇÃO DA VERSÃO PORTUGUESA DO QUESTIONÁRIO DE ADESÃO MYMEDS EM DOENTES CARDÍACOS**

Graça Andrade (mgandrade@estesl.ipl.pt)<sup>1</sup>, André Coelho<sup>1</sup>, Nélia Rebelo da Silva<sup>2</sup>, & Carina Silva<sup>1,3</sup>

<sup>1</sup>H&TRC- Health & Technology Research Center, ESTeSL- Escola Superior de Tecnologia da Saúde, Instituto Politécnico de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Unidade de Psicologia Clínica; Serviço de Cardiologia, Hospital de Santa Marta, Centro Hospitalar Universitário Lisboa Central, Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>Centro de Estatística e Aplicações da Universidade de Lisboa (CEAUL), Portugal

O questionário MYMEDS – *My Experience in Taking Medicines* – tem como finalidade incentivar os doentes a pensarem sobre aspetos relacionados com a toma de medicamentos, permitindo trabalhar as barreiras à adesão. Com o presente trabalho pretende-se validar a versão portuguesa do MYMEDS. Estudo quantitativo com doentes vítimas de enfarte agudo do miocárdio (EAM), utentes de consulta hospitalar de cardiologia. Foi desenvolvido em quatro fases: (1) validação linguística; (2) validação de conteúdo e adaptação cultural, com recurso a um painel de Delphi; (3) pré-teste com uma amostra de 10 doentes; (4) validação psicométrica, através da análise da validade fatorial, convergente e discriminante, bem como na análise fatorial exploratória e confirmatória. Na validação de conteúdo houve consenso entre os peritos quanto à relevância, qualidade da formulação/clareza e adequação à realidade portuguesa. Na fase de validação psicométrica, realizada com 145 doentes, obteve-se um *Root Mean Square Error of Approximation* de 0,091 IC[0,070; 0,112];  $p=0,001$ , após a remoção de duas perguntas. A versão portuguesa do questionário MYMEDS é um instrumento prático e fiável para a identificação de barreiras à adesão na terapêutica farmacológica após EAM, permitindo orientar os profissionais de saúde para estratégias personalizadas de promoção da adesão.

*Palavras-Chave:* Doença cardiovascular, Barreiras à toma da medicação, Adesão à terapêutica, Validação de questionários.

## **PROTOCOLO UNIFICADO PARA CRIANÇAS COM PERTURBAÇÕES EMOCIONAIS: A INVESTIGAÇÃO NO CONTEXTO PORTUGUÊS**

**Coordenadora:** Helena Moreira (helena.tcmoreira@gmail.com)

Universidade de Coimbra, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação, Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo-Comportamental, Coimbra, Portugal

**Objetivos:** Neste simpósio serão apresentados os resultados mais recentes dos estudos que têm sido conduzidos em Portugal com diferentes versões do programa “Protocolo Unificado para Crianças” (PU-C), um programa de intervenção cognitivo-comportamental transdiagnóstico para crianças dos 7 aos 13 anos com perturbações de ansiedade e depressivas.

**Relevância:** As perturbações emocionais na infância são, atualmente, uma preocupação de saúde pública, não só pela sua crescente prevalência e impacto na vida da criança e da sua família, mas



também pelas consequências a longo-prazo. No entanto, muitas crianças não têm acesso a tratamento psicológico, particularmente a intervenções informadas pela evidência. Estes estudos contribuirão para que diferentes versões do PU-C sejam validadas empiricamente e possam ser implementadas de forma generalizada em diferentes serviços de saúde Portugueses, contribuindo para o esbatimento das desigualdades no acesso aos cuidados de saúde mental infantil.

**Sumário:** Os dois primeiros trabalhos incluídos neste simpósio centram-se no ensaio clínico piloto da versão combinada (i.e., que conjuga sessões presenciais em grupo e sessões online) do PU-C. No primeiro estudo serão apresentados os resultados de aceitabilidade e viabilidade do programa, bem como alguns dados preliminares da mudança terapêutica ao longo do tempo. O segundo estudo irá explorar variáveis preditoras da aceitabilidade de intervenções psicológicas combinadas para crianças com perturbações emocionais por parte de uma amostra de psicólogos Portugueses. A terceira comunicação irá apresentar os resultados do estudo de viabilidade da versão stepped-care do PU-C (i.e., uma versão em dois passos de intensidade crescente). A quarta comunicação apresentará os resultados de um estudo qualitativo que explora a experiência de pais portugueses de crianças que participaram no estudo piloto do PU-C/C (i.e., uma versão modificada e centrada na criança. A última comunicação apresentará os resultados de eficácia do ensaio clínico da versão exclusivamente presencial do programa.

*Palavras-Chave:* Protocolo unificado, Detetives das emoções, Intervenção transdiagnóstica, Perturbações emocionais, Infância

## **ACEITABILIDADE DAS INTERVENÇÕES PSICOLÓGICAS COMBINADAS PARA CRIANÇAS: UM ESTUDO COM PSICÓLOGOS PORTUGUESES**

Bárbara Pereira (barbarapereirapsi@outlook.com)<sup>1</sup>, Ana Carolina Góis<sup>1</sup>, Brígida Caiado<sup>1</sup>, Ana Isabel Pereira<sup>2</sup>, & Helena Moreira<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade de Coimbra, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação, Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo-Comportamental, Coimbra, Portugal

As intervenções combinadas (presenciais e online) podem ser uma resposta adequada ao aumento crescente do número de crianças com perturbações emocionais. Contudo, uma disseminação eficaz depende da aceitação dos profissionais. Este estudo tem como objetivo explorar a aceitação e intenção de utilizar estas intervenções e examinar os seus preditores, incluindo conhecimentos prévios, expectativas (i.e., expectativas de desempenho e de esforço, influência social e condições facilitadoras) e atitudes face a práticas baseadas na evidência manualizada. 76 psicólogos portugueses preencheram um protocolo online onde avaliaram as dimensões do estudo. A maioria dos psicólogos apresenta uma aceitação moderada a elevada destas intervenções e tenciona utilizá-las no futuro. A expectativa de desempenho e as atitudes positivas em relação a práticas baseadas em evidência mostraram-se preditores significativos da aceitação destas intervenções para o tratamento das perturbações emocionais na infância. A influência social mostrou-se um preditor significativo da aceitação e da intenção de utilizar este tipo de intervenções. Os resultados sublinham a importância de disseminar entre os profissionais de saúde mental a evidência empírica destas intervenções, de mudar as atitudes dos profissionais e de colaborar mais estreitamente com as instituições de saúde para desenvolver medidas que incentivem a adoção do modelo combinado.

*Palavras-Chave:* Intervenções combinadas, Aceitabilidade, Atitudes e expectativas, Psicólogos, Perturbações emocionais, Crianças

## **VERSÃO STEPPED-CARE DO PROTOCOLO UNIFICADO PARA CRIANÇAS: RESULTADOS DO ESTUDO DE VIABILIDADE**

Ana Carolina Góis (anacgois14@gmail.com)<sup>1</sup>, Brígida Caiado<sup>1</sup>, Bárbara Pereira<sup>1</sup>, Maria Cristina Canavarro<sup>1</sup>, & Helena Moreira<sup>1</sup>

O Protocolo Unificado para Crianças - versão Stepped-Care (PU-C-SC) é uma intervenção transdiagnóstica Cognitivo-Comportamental em dois passos para crianças com perturbações emocionais e respetivos pais. O presente estudo tem como objetivo avaliar a viabilidade e aceitabilidade do PU-C-SC na população portuguesa. Neste estudo participaram 49 crianças (6-13 anos de idade) com um diagnóstico primário de perturbação emocional e respetivos pais. Os participantes foram avaliados em três momentos: pré-intervenção, pós-intervenção e 3 meses após a intervenção, através de medidas de autorresposta que avaliaram a sintomatologia das crianças e a sua interferência e gravidade. As crianças e pais preencheram ainda alguns questionários para avaliar a viabilidade e a aceitabilidade da intervenção com o PU-C-SC (por exemplo, satisfação, motivação, envolvimento em atividades). Os resultados do presente estudo suportam a viabilidade e aceitabilidade do PU-C-SC em Portugal, com baixas taxas de *dropout*, elevadas taxas de adesão e altos níveis de motivação e satisfação reportados pelas crianças e pais. Ainda, os resultados mostram uma diminuição significativa ao longo do tempo dos níveis de ansiedade e/ou depressão das crianças e da sua interferência e gravidade. Os resultados deste estudo ilustram a utilidade e eficácia do PU-C-SC na população portuguesa.

*Palavras-Chave:* Protocolo unificado, Intervenção transdiagnóstica, Stepped-care, Crianças, Perturbações emocionais

## **TOMADA DE DECISÃO EM PARTICIPAR NA VERSÃO CENTRADA NA CRIANÇA DO PU-C**

Ana Maria Pereira (ana.maria.pereira@edu.ulisboa.pt)<sup>1</sup>, Diana Gouveia<sup>2</sup>, Bruna Paulino<sup>2</sup>, & Ana Isabel Pereira<sup>1</sup>

<sup>1</sup>CICPSI, Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal

O PU-C/C é uma versão centrada na criança do Protocolo Unificado para Crianças, desenvolvida para reduzir os recursos necessários à sua aplicação. Um estudo qualitativo foi realizado para explorar a experiência de pais e crianças (de 7 a 12 anos) que participaram no estudo piloto do PU-C/C, para compreender os facilitadores e obstáculos à decisão de participarem na intervenção. Das 14 famílias inicialmente envolvidas, 13 concluíram a intervenção (93%), revelando níveis satisfatórios de assiduidade e 12 (86%) participaram no estudo. Os dados foram recolhidos através de entrevistas semiestruturadas a 17 progenitores (65% mães) e submetidos a uma análise de conteúdo. Identificaram-se facilitadores da decisão dos pais em participar (meios de referências; experiências prévias; formato de grupo; razões práticas; características do programa; motivação) e obstáculos (ausência de disponibilidade). A partir do relato dos pais foi possível identificar facilitadores da decisão da criança em participar (intervenção dos pais, experiências prévias, motivação, conteúdo do programa), bem como obstáculos (inibição). A exploração destes facilitadores e obstáculos à decisão em participar informam mudanças necessárias ao PU-C/C, importantes para o recrutamento e retenção dos participantes na intervenção. A sua consideração poderá revelar-se útil no contexto de outras intervenções em psicologia da saúde.

*Palavras-Chave:* Protocolo unificado, PU-C/C, Ansiedade, Envolvimento, Estudo qualitativo.

## **DETETIVES DAS EMOÇÕES - PROTOCOLO UNIFICADO PARA CRIANÇAS: RESULTADOS DE EFICÁCIA**

Brígida Caiado (brigidacaiado.psi@gmail.com)<sup>1</sup>, Maria Cristina Canavarro<sup>1</sup>, & Helena Moreira<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade de Coimbra, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação, Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo-Comportamental, Coimbra, Portugal

Um estudo prévio de viabilidade conduzido na população portuguesa mostrou que a versão exclusivamente presencial do Protocolo Unificado para Crianças (PU-C) é uma intervenção viável e bem aceite por pais e crianças Portuguesas. O presente estudo pretende avaliar a eficácia desta intervenção na redução da sintomatologia ansiosa e depressiva e da interferência da mesma na vida da criança, por comparação com uma intervenção psicoeducativa (ABC das Emoções), num ensaio clínico randomizado. 150 crianças (6-13 anos; 58.7% raparigas) com uma perturbação de ansiedade e/ou depressiva e respetivos pais foram aleatoriamente distribuídos pelo grupo experimental ( $n = 77$ ) e de controlo ( $n = 73$ ). A intensidade e gravidade da sintomatologia ansiosa/depressiva das crianças e a interferência da mesma na sua vida foi avaliada, por autorrelato da criança, dos pais e dos terapeutas, antes, a meio e após a intervenção. O PU-C revelou-se mais eficaz do que o grupo de controlo na redução da ansiedade e depressão das crianças, bem como na interferência e gravidade desta sintomatologia. Os resultados deste estudo atestam que o PU-C é um tratamento eficaz, baseado na evidência, para crianças com perturbações emocionais.

*Palavras-Chave:* Crianças, Perturbações emocionais, Protocolo unificado, Detetives das emoções, Estudo randomizado e controlado, Parentalidade

## **IMPACTO PSICOLÓGICO DA COVID-19 DURANTE A FASE INICIAL DA PANDEMIA**

**Coordenador:** Jorge Cardoso (jorgecardoso.psi@gmail.com)

LabPSI - Laboratório de Psicologia Egas Moniz; CiiEM - Centro de Investigação Interdisciplinar Egas Moniz, Egas Moniz School of Health & Science, Caparica, Portugal

**Objetivos:** Caracterizar as perceções face à COVID-19 na fase inicial da pandemia, comparando a realidade nacional com a encontrada na população brasileira; analisar a relação entre o stress percecionado e os estilos de coping; avaliar o eventual efeito preditor da resiliência e do otimismo sobre o desenvolvimento de sintomatologia psicopatológica; e explorar o papel mediador da mudança das crenças centrais na relação entre o impacto da COVID-19 e os sintomas psicopatológicos.

**Relevância:** No início de março de 2020 foram identificados os dois primeiros casos de infeção pelo vírus SARS-CoV-2 no território português, e pouco tempo depois assistiu-se à decretação do Estado de Emergência, com dever de recolhimento domiciliário, tentando-se assim mitigar a primeira vaga pandémica. Para além das consequências psicológicas associadas à contração do vírus, existe uma multiplicidade de fatores (e.g., medo de ficar infetado, imprevisibilidade, isolamento, distanciamento social, consequências socio-económicas), capazes de terem um impacto negativo na saúde mental. A caracterização das perceções face à COVID-19, a avaliação do impacto e ajustamento psicológico perante a pandemia por COVID-19, e a identificação dos determinantes de vulnerabilidade e de resiliência, são fundamentais para sistematizar conhecimentos perante uma nova ameaça à saúde, bem como para desenvolver estratégias que possam atenuar o sofrimento psicológico.

**Sumário:** Este Simpósio integra cinco estudos transversais, quantitativos, que abordarão, sequencial e respetivamente: as perceções da população portuguesa relativamente à COVID-19 no início do confinamento obrigatório; o stress percecionado e os estilos de coping no confronto com a pandemia por COVID-19; as relações entre a resiliência, o otimismo e a sintomatologia psicopatológica no ajustamento psicológico à pandemia; o efeito mediador das crenças centrais na associação entre o impacto da COVID-19 e os sintomas psicopatológicos; e por fim, numa perspetiva transcultural, uma comparação entre as perceções da população portuguesa face à COVID-19 e as da população brasileira.

*Palavras-Chave:* COVID-19, Impacto psicológico, Coping, Resiliência, Otimismo, Mudança de crenças centrais, Sintomatologia psicopatológica.

## **PERCEÇÕES FACE À PANDEMIA POR COVID-19 NO INÍCIO DO CONFINAMENTO OBRIGATÓRIO**

Jorge Cardoso (jorgecardoso.psi@gmail.com)<sup>1</sup>, Catarina Ramos<sup>1</sup>, Patrícia Gouveia<sup>1</sup>, José Brito<sup>2</sup>, Carolina Amaral e Silva<sup>3</sup>, & Telma Almeida<sup>1</sup>

<sup>1</sup>LabPSI - Laboratório de Psicologia Egas Moniz; CiiEM - Centro de Investigação Interdisciplinar Egas Moniz, Egas Moniz School of Health & Science, Caparica, Portugal; <sup>2</sup>ESA - Exact Sciences and Applications Group, CiiEM - Centro de Investigação Interdisciplinar Egas Moniz, Egas Moniz School of Health & Science, Caparica, Portugal; <sup>3</sup>Centro Universitário UNINTER, Curitiba, Brasil

A pandemia por COVID-19 desencadeou múltiplas alterações nas vivências individuais e comunitárias, decorrentes da exposição a uma situação nova e imprevisível, bem como das medidas de saúde pública implementadas. Este estudo visou avaliar as percepções da população portuguesa relativamente à COVID-19 no início do confinamento obrigatório e, complementarmente, analisar a interferência das características sociodemográficas nestas percepções. Recorreu-se a uma amostra de 901 participantes (203 homens e 698 mulheres), incluindo 240 sujeitos com atividades profissionais de risco acrescido, que responderam online a um questionário sociodemográfico e a um conjunto de questões referentes às percepções relacionadas com a COVID-19. Na fase inicial da pandemia, a larga maioria dos participantes encontrava-se permanentemente em casa, ou apenas saindo para o estritamente necessário, revelando uma considerável percepção de risco de ficar infetado pelo vírus SARS-CoV-2, uma moderada confiança nas estruturas dos serviços de saúde e um elevado grau de confiança nos seus profissionais. Estas percepções evidenciaram diferenças em função de fatores sociodemográficos. Os resultados obtidos, ainda que não generalizáveis, permitem uma caracterização e melhor compreensão de algumas das percepções da população portuguesa perante a pandemia por COVID-19, servindo de base para o estabelecimento de comparações com outras fases de recolha de dados.

*Palavras-Chave:* COVID-19, Percepções, Fatores sociodemográficos.

## **STRESS E ESTILOS DE COPING NA FASE INICIAL DA PANDEMIA POR COVID-19**

Patrícia Gouveia (pgouveia@egasmoniz.edu.pt)<sup>1</sup>, Telma Almeida<sup>1</sup>, Catarina Ramos<sup>1</sup>, José Brito<sup>2</sup>, & Jorge Cardoso<sup>1</sup>

<sup>1</sup>LabPSI - Laboratório de Psicologia Egas Moniz; CiiEM - Centro de Investigação Interdisciplinar Egas Moniz, Egas Moniz School of Health & Science, Caparica, Portugal; <sup>2</sup>ESA - Exact Sciences and Applications Group, CiiEM - Centro de Investigação Interdisciplinar Egas Moniz, Egas Moniz School of Health & Science, Caparica, Portugal

O equilíbrio entre o stress percebido perante um evento de vida e os recursos para enfrentar as exigências dessa situação, depende da capacidade individual para controlar e gerir o desconforto emocional que esta produz. Este estudo pretendeu analisar a relação stress-coping na fase inicial da pandemia, bem como se estas variáveis diferem em função de atividade profissional exigindo (ou não) contacto com pessoas com COVID-19. Estudo transversal com 901 adultos portugueses (698 mulheres e 203 homens), com idades entre os 18 - 81 anos ( $M=39,61$ ;  $DP=14,155$ ), que preencheram online um questionário sociodemográfico, a IES-R (Impact of Event Scale) e a CISS-21 (Coping Inventory for Stressfull Situation). Verificou-se uma associação estatisticamente significativa, positiva e moderada, entre o stress percebido e o estilo de coping focado na gestão emocional ( $r=0,4$ ,  $p<0,01$ ). Paralelamente, observaram-se diferenças estatisticamente significativas entre sujeitos com e sem atividades profissionais de contacto com pessoas com COVID-19, quanto ao stress percebido ( $U=45718,0$ ,  $Z=-2,46$ ,  $p=0,000$ ) e ao estilo de coping focado no evitamento ( $t=2,12$ ,  $gl=847$ ,  $p=0,034$ ). Este estudo reforça a importância dos estilos de coping na eliminação ou redução do stress experimentado, tidos como adaptativos quando aumentam a eficácia ou os recursos internos perante a situação stressante.

*Palavras-Chave:* COVID-19, Stress percebido, Estilos de coping.

## **RESILIÊNCIA E OTIMISMO: O IMPACTO NO AJUSTAMENTO PSICOLÓGICO EM TEMPOS DE COVID-19**

Telma Almeida (telma.c.almeida@gmail.com)<sup>1</sup>, Patrícia Gouveia<sup>1</sup>, José Brito<sup>2</sup>, Catarina Ramos<sup>1</sup>, & Jorge Cardoso<sup>1</sup>

<sup>1</sup>LabPSI - Laboratório de Psicologia Egas Moniz; CiiEM - Centro de Investigação Interdisciplinar Egas Moniz, Egas Moniz School of Health & Science, Caparica, Portugal; <sup>2</sup>ESA - Exact Sciences and Applications, CiiEM - Centro de Investigação Interdisciplinar Egas Moniz, Egas Moniz School of Health & Science, Caparica, Portugal

É amplamente reconhecida a importância da saúde mental sobre o bem-estar emocional, físico e social. Este estudo pretendeu analisar a relação entre a resiliência, o otimismo e a sintomatologia psicopatológica, na fase inicial da pandemia por COVID-19. Administrou-se um protocolo composto por um questionário sociodemográfico, pela RS (resiliência), pelo LOT-R (otimismo) e pelo BSI (sintomatologia psicopatológica) a 901 adultos portugueses (698 mulheres e 203 homens), com idades entre os 18 e os 81 anos ( $M=39,61$ ;  $DP=14,155$ ). Verificam-se correlações estatisticamente significativas positivas entre a resiliência e o otimismo ( $r_s=0,48$ ;  $p<0,001$ ) e negativas entre a resiliência e a sintomatologia psicopatológica global ( $r_s=-0,40$ ;  $p<0,001$ ), bem como com todas as subescalas do BSI, e ainda entre o otimismo e a sintomatologia psicopatológica ( $r_s=-0,43$ ;  $p<0,001$ ), incluindo todas as subescalas. Os resultados da regressão linear múltipla indicam significância do modelo ( $F(5,895)=82,78$ ;  $p<0,001$ ). A idade ( $\beta=-0,11$ ;  $p<0,001$ ), sexo ( $\beta=-0,09$ ;  $p=0,001$ ), estado de saúde ( $\beta=-0,18$ ;  $p<0,001$ ), resiliência ( $\beta=-0,19$ ;  $p<0,001$ ) e otimismo ( $\beta=-0,34$ ;  $p<0,001$ ) são preditores significativos da sintomatologia psicopatológica, sendo o otimismo o preditor mais influente. Este estudo reforça a importância de serem desenvolvidas competências individuais como a resiliência e o pensamento otimista, para enfrentar as adversidades inerentes a determinados acontecimentos de vida.

*Palavras-Chave:* COVID-19, Resiliência, Otimismo, Saúde mental

## **IMPACTO DA COVID-19 E SINTOMAS PSICOPATOLÓGICOS: O PAPEL MEDIADOR DAS CRENÇAS CENTRAIS**

Catarina Ramos (cramos@egasmoniz.edu.pt)<sup>1</sup>, Patrícia Gouveia<sup>1</sup>, Telma Almeida<sup>1</sup>, José Brito<sup>2</sup>, & Jorge Cardoso<sup>1</sup>

<sup>1</sup>LabPSI - Laboratório de Psicologia Egas Moniz; CiiEM - Centro de Investigação Interdisciplinar Egas Moniz, Egas Moniz School of Health & Science, Caparica, Portugal; <sup>2</sup>ESA - Exact Sciences and Applications Group, CiiEM - Centro de Investigação Interdisciplinar Egas Moniz, Egas Moniz School of Health & Science, Caparica, Portugal

A COVID-19 pode ser considerada um evento traumático suscetível de contribuir para o desenvolvimento de sintomatologia psicopatológica (e.g. depressão, ansiedade) durante o período pandémico (e.g. Solomon et al., 2021). Após o confronto com um acontecimento potencialmente traumático, o mundo assumptivo do sujeito é abalado (Janoff-Bulman, 2006), conduzindo a uma disrupção das crenças centrais (Cann et al., 2010). O principal objetivo deste estudo foi avaliar o eventual papel mediador da mudança das crenças centrais na relação entre o impacto da COVID-19 e os sintomas psicopatológicos. A amostra é constituída por 901 participantes ( $M_{idade} = 39,61$ ;  $DP = 14,16$ ), maioritariamente mulheres ( $n = 698$ ; 77,5%). Os instrumentos Core Beliefs Inventory, Brief Symptom Inventory e Impact of Event Scale foram aplicados online. Os resultados da análise de mediação através do Modelo de Equações Estruturais (AMOS, Chicago SPSS) revelaram que a mudança de crenças centrais é mediadora parcial da relação entre o impacto do acontecimento e a sintomatologia psicopatológica geral, e as sub-escalas ansiedade, somatização, ideação paranoide e sensibilidade interpessoal. A mudança dos princípios orientadores sobre si próprio, o outro e o mundo, medeia parcialmente o impacto percebido da COVID-19 no desenvolvimento de sintomatologia psicopatológica durante a vivência da pandemia.

*Palavras-Chave:* COVID-19, Impacto do acontecimento, Mudança de crenças centrais, Sintomatologia psicopatológica.

## **PERCEPÇÕES PERANTE A COVID-19: ABORDAGEM TRANSNACIONAL COMPARATIVA ENTRE PORTUGAL E BRASIL**

Carolina Amaral e Silva (caroldoamaralesilva@gmail.com)<sup>1</sup>, Catarina Ramos<sup>2</sup>, Patrícia Gouveia<sup>2</sup>, José Brito<sup>3</sup>, Telma Almeida<sup>2</sup>, & Jorge Cardoso<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Centro Universitário UNINTER, Curitiba, Brasil; <sup>2</sup>LabPSI - Laboratório de Psicologia Egas Moniz; CiiEM - Centro de Investigação Interdisciplinar Egas Moniz, Egas Moniz School of Health & Science, Caparica, Portugal; <sup>3</sup>ESA - Exact Sciences and Applications Group, CiiEM - Centro de Investigação Interdisciplinar Egas Moniz, Egas Moniz School of Health & Science, Caparica, Portugal

Apesar da pandemia por COVID-19 exigir o recurso a estratégias de confrontação com denominadores comuns em diferentes regiões do globo, existem especificidades socioculturais com influência nos modos de avaliação e significação da crise pandémica. Este estudo pretendeu avaliar as perceções da população brasileira face à COVID-19, comparando-as, numa perspetiva transnacional e transcultural, com as encontradas no contexto português. A amostra recolhida no Brasil foi constituída por 373 participantes (279 mulheres e 94 homens), incluindo 64 sujeitos com atividades profissionais de risco acrescido, que responderam online a um questionário sociodemográfico e a um conjunto questões referentes às perceções relacionadas com a COVID-19. As características sociodemográficas da amostra brasileira são similares à portuguesa. Apesar de ambas as amostras evidenciarem uma notória perceção do risco, os portugueses procuraram mais proteção através do confinamento e revelaram uma maior confiança nos seus serviços de saúde. Em ambas as amostras verificaram-se diferenças determinadas por fatores sociodemográficos. Para além do contributo para a caracterização das perceções da população brasileira, a comparação das duas realidades permite uma melhor compreensão de como as diferenças socioculturais, bem como as medidas de saúde pública adotadas, influenciaram as cognições relacionadas com a pandemia e o respetivo ajustamento psicológico.

*Palavras-Chave:* COVID-19, Perceções, Fatores sociodemográficos, Transnacional, Transcultural

## **FOOD ADDICTION, WEIGHT MANAGEMENT, AND OBESITY: THEORY-BASED QUALITATIVE AND QUANTITATIVE RESEARCH**

**Coordenadora:** Filipa Pimenta (Filipa\_pimenta@ispa.pt)

ISPA-Instituto Universitário; William James Center for Research

**Objectives:** This symposium aims to present research that focuses on food addiction, weight management, and obesity across different samples, including normative groups such as adolescents, as well as risk groups like menopausal women and adults with chronic pain. A variety of research methods, both qualitative and quantitative, are employed to investigate these health-related phenomena, drawing on pre-existing theories. The goal is to enhance our understanding of these specific issues.

**Relevance:** There is a notable lack of research concerning both adolescents, with a focus on food addiction and its implications, and couples dealing with obesity, particularly in terms of the interdependence of weight management behaviours. Furthermore, qualitative research in the realm of obesity and weight management offers valuable insights that can contribute to a more profound understanding of these phenomena, especially within specific risk groups, such as women who have recently transitioned to post-menopause and adults coping with both chronic pain and obesity.

**Summary:** This symposium commences with a study on adolescents, with the aim of exploring whether food addiction predicts insomnia in this group and whether self-control (both functional and dysfunctional), mediates this relationship. Subsequently, a qualitative study is conducted with menopausal women, specifically those who have transitioned from normal weight in pre-menopause to overweight/obesity in post-menopause. This study seeks to uncover the underlying factors contributing to weight gain during the menopausal transition. Next, another qualitative study involving adults with obesity will present preliminary results regarding the applicability of the BIS-

BAS model in explaining the behavioural, cognitive, and emotional responses to obesity among adults dealing with chronic pain and obesity. Lastly, recognizing that health-related behaviours can be interdependent and can specifically impact weight management behaviours, a study involving couples dealing with obesity aims to address a useful framework in this field (the Oxford Food and Activity Behaviours) and present the psychometric properties of the OxFAB taxonomy-based questionnaire within a dyadic context.

*Keywords:* Food addiction, Weight management, Obesity, Qualitative, Quantitative

## **SELF-CONTROL IN ADOLESCENTS: A MEDIATOR BETWEEN FOOD ADDICTION AND INSOMNIA?**

Marta Uva<sup>1</sup>, Ivone Patrão<sup>2</sup>, Rui Miguel Costa<sup>3</sup>, & Filipa Pimenta (filipa\_pimenta@ispa.pt)<sup>3</sup>

<sup>1</sup>ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>APPsyCI – Applied Psychology Research Center Capabilities & Inclusion, ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>WJCR – William James Center for Research, ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

Nutrition and circadian rhythms are influenced by behaviours that impact adolescent health. Food addiction (FA) is related to poor emotional regulation and impulsivity. However, evidence regarding its impact on sleep is still limited. Nutrition is a significant predictor of sleep quality and can also be a potential cause of insomnia. Thus, this study aims to explore whether FA predicts insomnia in adolescents and whether self-control (functional and dysfunctional) mediates this relationship. A total of 1.566 adolescents from Madeira (12-19 years,  $M=14.79$ ,  $SD=1.89$ ), participated in this descriptive and cross-sectional online study. The Yale Food Addiction Scale, Athens Insomnia Scale, and Brief Self-Control Scale were used for data collection. A parallel mediation model was conducted with covariates of gender and age. A significant direct effect of FA on insomnia was found ( $B=0.0679$ ;  $p<0.001$ ) as well as a significant indirect effect of FA on insomnia, mediated by dysfunctional self-control ( $B=0.224$ ). Functional self-control did not act as a protective variable. The study emphasizes the importance of developing interventions targeting adolescent impulsivity, providing strategies for impulse control, sleep hygiene (while also addressing compulsive eating behaviour), and promoting pro-health decision-making.

*Keywords:* Food Addiction, Insomnia, Functional self-control, Dysfunctional self-control

## **ME-WEL PROJECT: EXPLORING UNDERLYING WEIGHT GAIN FACTORS DURING MENOPAUSAL TRANSITION**

Mafalda Leitão (mleitao@ispa.pt)<sup>1</sup>, Faustino Pérez-López<sup>2</sup>, João Marôco<sup>1,3</sup>, & Filipa Pimenta<sup>1</sup>

<sup>1</sup>WJCR - William James Center for Research, ISPA - Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Aragón Health Research Institute, University of Zaragoza Faculty of Medicine, Zaragoza, Spain; <sup>3</sup>FLU Pedagogy, Nord University, Bodø, Norway

Women often experience weight gain during the menopausal transition, which can be influenced by personal (e.g., estrogen decrease), environmental (e.g., socio-cultural), and/or behavioural factors (e.g., unhealthy behaviours). This weight gain can lead to obesity and associated health issues. Qualitative studies (non-generalizable to populations with different characteristics) provide valuable insights into the weight gain experience. This study aims to explore the underlying factors contributing to weight gain during the menopausal transition. Semi-structured interviews of 31 Portuguese post-menopausal women who transitioned from normal weight pre-menopause to overweight/obesity post-menopause. The interviews were analysed using MAXQDA software through directed content analysis, followed by multiple correspondence analysis, through IBM SPSS Statistics software. A four-factor model emerged: (1) Emotional eating/Cravings, Physical inactivity, and Pandemic effects ( $\sigma_2=14.21$ ;  $\alpha=0.70$ ); (2) Health, Lack of self-care, and Stressful life events ( $\sigma_2=12.29$ ;  $\alpha=0.64$ ), (3) Hormonal/Genetic predisposition, Binge eating, and Interpersonal influences ( $\sigma_2=10.82$ ;  $\alpha=0.59$ ), and (4) Changing habits and routines, and Work Environment ( $\sigma_2=9.65$ ;  $\alpha=0.53$ ).

The four-factor model aligns with the triadic reciprocal determinism model, revealing an interaction among behavioural, personal, and environmental factors explaining weight gain during the menopausal transition. Promoting healthy lifestyles within this population is essential. Future interventions for middle-aged women should include cognitive-behavioural strategies.

*Keywords:* Menopausal women, Menopause, Obesity, Qualitative approach, Weight gain

## **THE BIS-BAS MODEL IN COMORBID OBESITY AND CHRONIC PAIN: PRELIMINARY RESULTS**

Constança Moniz Galvão<sup>1</sup>, Filipa Pimenta<sup>1</sup>, & Alexandra Ferreira-Valente<sup>1</sup>

<sup>1</sup>William James Center for Research, Ispa – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

Obesity and chronic pain often present comorbidly and have a negative reciprocal impact. The BIS-BAS model of chronic pain is based on Reinforcement Sensitivity Theory, which has been used to investigate weight-related behaviours. The aim of this study is to explore the suitability of the BIS-BAS model to explain comorbid obesity and chronic pain behaviours, cognitions and emotions. Participants are adults with BMI $\geq$ 30 kg/m<sup>2</sup> and recurrent/persistent pain experienced at least half the days in the last 3 months. We present the results of 4 women ( $M_{age}=35.5$ ;  $SD_{age}=4.51$ ;  $M_{BMI}=35.99$ ;  $SD_{BMI}=3.66$ ). Individual semi-structured interviews are being carried out and analysed using directed content analysis. In accordance with the model, a coding matrix was developed *a priori* containing the categories Escape, Despondent, Approach, and Relaxation, each with the subcategories Behaviours, Affects, Thoughts, and Valence-Associated Thoughts. From 84 codes, the majority pertain to the categories Escape and Despondent (20 and 32 codes respectively), highlighting the primacy of negative valence responses to obesity and pain. However, the subcategory/category with most codes was Behaviours/Approach (19 codes), which is a positive valence response. These results show an incongruence with the assumptions of the BIS-BAS model and the need for its adaptation.

*Keywords:* Obesity, Chronic pain, BIS-BAS model, Qualitative research, Directed content analysis, Adults

## **OXFORD FOOD AND ACTIVITY BEHAVIORS TAXONOMY-BASED QUESTIONNAIRE APPLIED TO COUPLES: COUPLES' OBESITY INITIATIVE**

Inês Queiroz Garcia<sup>1</sup> (igarcia@ispa.pt), Filipa Pimenta<sup>1</sup>, Ana Filipa Lamelas<sup>2</sup>, Ana Patrícia Vergamota<sup>2</sup>, Mariana Antunes<sup>2</sup>, Amy Gorin<sup>3</sup>, & João Marôco<sup>1,4</sup>

<sup>1</sup>William James Center for Research, ISPA - Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>ISPA - Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>Institute for Collaboration on Health, Intervention, and Policy (InCHIP), Department of Psychological Sciences, University of Connecticut, Storrs, Connecticut, USA; <sup>4</sup>FLU Pedagogy, Nord University, Bodø, Norway

The OxFAB taxonomy-based questionnaire, essential for exploring individual weight management strategies, proves instrumental in identifying concordant behaviors within couples. In couples, one partner's behavior can significantly impact the other, influencing healthy or unhealthy habits and affecting collective weight management dynamics. This study sought to assess the psychometric properties of the OxFAB in a dyadic frame – the Couple. 123 Portuguese couples ( $M_{age}=45.23$ ,  $SD=12.18$ ), cohabitating for at least 12 months with at least one member having a BMI $\geq$ 30kg/m<sup>2</sup>. Couples responded to a three-point Likert scale (1–“No agreement”, 2–“One agrees”, 3–“Both agree”). Confirmatory Factor Analysis and Kendall's coefficient of concordance were computed. CFA shows a saturated model, with good sources of validity and reliability ( $0.60<\alpha<0.92$ ;  $0.60<\omega<0.86$ ), although with concerns for men's Regulation: Allowances ( $\omega=0.45$ ; AVE=0.39) and men's Regulation: Restrictions ( $\omega=0.44$ ; AVE=0.58). Model invariance among dyads is supported by  $\Delta CFI<0.01$ . High Kendall's values in most dimensions suggest a strong dyadic agreement ( $p<0.05$ ). The OxFAB questionnaire adeptly identifies cognitive and behavioral strategies in weight management within dyadic relationships, demonstrating substantial reliability and validity.



Its capability to unveil concordant/discordant behaviors among couples renders it a valuable tool in developing targeted interventions and understanding interpersonal dynamics in both practical and research applications.

*Keywords:* Couples, Obesity, OxFAB, Weight management strategies, Psychometric properties.

## **CHILDBIRTH EXPERIENCES: PRELIMINARY FINDINGS FROM THE INTERSECT PORTUGUESE STUDY**

**Coordenador:** Raquel Costa

Lusófona University/HEI-Lab: Digital Human-environment Interaction Labs; EPIUnit - Instituto de Saúde Pública, Universidade do Porto, Porto, Portugal; Laboratório para a Investigação Integrativa e Translacional em Saúde Populacional (ITR), Universidade do Porto, Porto, Portugal

**Objectives:** This symposium was designed to present the International Survey of Childbirth-related Trauma (INTERSECT) Portuguese study, an ongoing cohort of pregnant women ( $N = 380$ ) from two Portuguese regions (Northern and Lisbon Metropolitan Area). Particularly, it is intended to present the preliminary findings on (1) sociodemographic, obstetric, and mental health factors associated with fear of childbirth (2) fear of childbirth and mother-infant bonding difficulties, (3) sociodemographic, obstetric, and mental health factors associated with mother's childbirth-related post-traumatic stress disorder symptoms (CB-PTSD); (4) partner's support during childbirth and women's postpartum mental health problems; and on (5) the moderating role of exclusive breastfeeding in the association between CB-PTSD symptoms and mother-infant bonding difficulties at 2 months postpartum.

**Relevance:** Women who experience traumatic childbirth can develop symptoms of CB-PTSD. Around 20 to 30% of women experience childbirth as traumatic, 10% can have a severe post-traumatic stress response in the weeks following childbirth, and about 4.8% of women can develop CB-PTSD. Findings from the INTERSECT Portuguese study can contribute to advancing the knowledge on the prevalence and etiology of CB-PTSD, and its impact on women's health, mother-infant relationship, and infant mental health and development.

**Summary:** The oral communications are focused on fear of childbirth (1 and 2), childbirth experiences (3 and 4), and exclusive breastfeeding (5). Data underline association between prenatal depression symptoms and fear of childbirth, which is associated with mother-fetal bonding difficulties. Data underscore the importance of obstetric factors and partner's support during childbirth to mother's postpartum mental health problems that are associated with the difficulties in the maternal ability to feel emotionally connected with the infant. Furthermore, findings highlighted the importance of exclusive breastfeeding as a protective factor from the negative impact of those symptoms. The implications of these studies for healthcare practices will be discussed, namely to prevention and intervention policies.

*Keywords:* INTERSECT, Childbirth, Postpartum mental health problems

## **PRENATAL DEPRESSION SYMPTOMS ARE ASSOCIATED WITH FEAR OF CHILDBIRTH DURING PREGNANCY**

Ana Morais (ana.morais@ulusofona.pt)<sup>1</sup>, Matilde Sousa<sup>1</sup>, Sandra Henriques<sup>1</sup>, Stephanie Alves<sup>1</sup>, Inês Jongenelen<sup>1</sup>, Diogo Lamela<sup>1</sup>, Raquel Costa<sup>1,2,3</sup>, & Tiago Miguel Pinto<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Lusófona University/ HEI-Lab: Digital Human-environment Interaction Labs; <sup>2</sup>EPIUnit - Instituto de Saúde Pública, Universidade do Porto, Porto, Portugal; <sup>3</sup>Laboratório para a Investigação Integrativa e Translacional em Saúde Populacional (ITR), Universidade do Porto, Porto, Portugal

Perinatal mental health problems are a public health problem that can increase women's fear of childbirth. Evidence on the association between women's prenatal depression symptoms and fear of

childbirth during pregnancy can advance the literature in this field. This study to analyze the association between women's prenatal depression symptoms and fear of childbirth. At the 3rd trimester of pregnancy, 224 women reported their sociodemographic characteristics, obstetric and fetal complications, previous mental health problems, current depression symptoms (EPDS), and fear of childbirth (FOBS). A hierarchical multiple linear regression model with 2 steps was tested. The adjusted model explained 19% ( $R^2 = 0.19$ ) of the variance of fear of childbirth and indicated that more prenatal depression symptoms severity was associated with more fear of childbirth during pregnancy,  $\beta = 0.44$ , 95%CI (2.43,4.67), even when accounting for the covariates (previous mental health problems, obstetric and fetal complications). Pregnant women with negative cognitions associated with depression symptoms may perceive the perinatal period as fraught with danger and potential harm. Mental health should be integrated into maternal healthcare programs, including screening for all pregnant women and intervention for those with of mental health problems.

*Keywords:* Perinatal depression, Fear of childbirth, Pregnancy, INTERSECT

## **FEAR OF CHILDBIRTH AND MOTHER-FETAL BONDING DIFFICULTIES**

Matilde Sousa (matilde.sousa@ulusofona.pt)<sup>1</sup>, Ana Morais<sup>1</sup>, Sandra Henriques<sup>1</sup>, Stephanie Alves<sup>1</sup>, Inês Jongenelen<sup>1</sup>, Diogo Lamela<sup>1</sup>, Tiago Miguel Pinto<sup>1</sup>, & Raquel Costa<sup>1,2,3</sup>

<sup>1</sup>Lusófona University/HEI-Lab: Digital Human-environment Interaction Labs; <sup>2</sup>EPIUnit - Instituto de Saúde Pública, Universidade do Porto, Porto, Portugal; <sup>3</sup>Laboratório para a Investigação Integrativa e Translacional em Saúde Populacional (ITR), Universidade do Porto, Porto, Portugal

Mother-infant bonding starts to develop during pregnancy and is very important to the co-construction of the mother-infant relationship. The negative emotions and cognitions associated with the fear of childbirth can compromise the development of mother-fetal bonding. A sample 191 of pregnant women was recruited from three public hospitals. At the 3rd trimester of pregnancy, women reported on sociodemographic and obstetric characteristics, previous mental health problems, mother-fetal bonding difficulties (pre-PBQ), and fear of childbirth (FOBS). A hierarchical multiple linear regression model with 2 steps was tested. The final model adjusted for covariates (education level, income, previous trauma, previous diagnosis of mental health problems, and fetal complications) explained 18% ( $R^2 = .18$ ) of the variance of mother-fetal bonding difficulties and indicated that more fear of childbirth was associated with more mother-fetal bonding difficulties,  $\beta = 0.27$ , 95%CI (0.00, 0.01). Fear of childbirth during pregnancy is associated with mother-fetal bonding difficulties, which can have a negative impact on the quality of mother-infant relationship. Screening and targeting fear of childbirth during pregnancy can contribute to promote women's adjustment to motherhood.

*Keywords:* Fear of childbirth, Mother-fetal bonding, Pregnancy

## **INSTRUMENTAL VAGINAL DELIVERY AND EMERGENCY CESAREAN CAN INCREASE CHILDBIRTH-RELATED POSTTRAUMATIC STRESS SYMPTOMS**

Tiago Miguel Pinto (tiago.pinto@ulusofona.pt)<sup>1</sup>, Matilde Sousa<sup>1</sup>, Ana Morais<sup>1</sup>, Sandra Henriques<sup>1</sup>, Diogo Lamela<sup>1</sup>, Inês Jongenelen<sup>1</sup>, Stephanie Alves<sup>1</sup>, & Raquel Costa<sup>1,2,3</sup>

<sup>1</sup>Lusófona University/HEI-Lab: Digital Human-environment Interaction Labs; <sup>2</sup>EPIUnit - Instituto de Saúde Pública, Universidade do Porto, Porto, Portugal; <sup>3</sup>Laboratório para a Investigação Integrativa e Translacional em Saúde Populacional (ITR), Universidade do Porto, Porto, Portugal

Childbirth-related posttraumatic stress disorder (CB-PTSD) has a prevalence of 4.7% in mothers. However, the etiology of CB-PTSD remains largely unknown. Evidence on sociodemographic, obstetric, and mental health factors associated with CB-PTSD symptoms can contribute to understand CB-PTSD etiology. This study aimed to simultaneously analyze sociodemographic, obstetric, and mental health factors associated with mother's CB-PTSD symptoms. At 2 months postpartum, 199 mothers reported on sociodemographic (country of birth, age, income, and education), obstetric

(parity, delivery mode, obstetric and fetal/infant complications, and prematurity), previous mental health problems (trauma and diagnosis of mental disorders), postnatal depression (EPDS) and anxiety (STAI-S) symptoms, and CB-PTSD symptoms (City-Bits). Regarding obstetric factors, 37.9% had instrumental vaginal delivery or emergency cesarean, 41.8% had obstetric complications, 20.8% had infant complications, and 8% had premature delivery. The model including sociodemographic, obstetric, and previous/current mental health problems indicated that having instrumental vaginal delivery or emergency cesarean and higher postnatal depression symptoms severity were associated with higher CB-PTSD symptom severity. Mothers who experienced instrumental vaginal delivery or emergency cesarean can be at risk of CB-PTSD and benefit from specialized postnatal mental healthcare.

*Keywords:* CB-PTSD symptoms, Delivery, Birth trauma, Depression symptoms, INTERSECT.

## **PARTNER'S SUPPORT DURING CHILDBIRTH AND WOMEN'S MENTAL HEALTH PROBLEMS DURING POSTPARTUM PERIOD**

Daniela Tavares (danielamendestavares93@gmail.com)<sup>1</sup>, Raquel Costa<sup>1,2,3</sup>, Ana Morais<sup>1</sup>, Matilde Sousa<sup>1</sup>, Sandra Henriques<sup>1</sup>, Inês Jongenelen<sup>1</sup>, Diogo Lamela<sup>1</sup>, Tiago Miguel Pinto<sup>1</sup>, & Stephanie Alves<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Lusófona University/HEI-Lab: Digital Human-environment Interaction Labs; <sup>2</sup>EPIUnit - Instituto de Saúde Pública, Universidade do Porto, Porto, Portugal; <sup>3</sup>Laboratório para a Investigação Integrativa e Translacional em Saúde Populacional (ITR), Universidade do Porto, Porto, Portugal

Postpartum depression (PPD), postpartum anxiety (PPA), and childbirth-related post-traumatic stress disorder (CB-PTSD) symptoms are among the most prevalent perinatal mental health problems. Partner's support during childbirth has been identified as an important protective factor for women's perinatal mental health. This study aims to analyze the association between partner's support during childbirth and PPD, PPA, and CB-PTSD symptoms. This cross-sectional study included 179 women recruited from two public hospitals in Portugal. At 2 months postpartum, participants completed a sociodemographic questionnaire to collect sociodemographic and obstetric data, partner's support during childbirth, rated on a 4-point Likert-type scale ranging from none (0) to total support (4); the Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS), the State Anxiety Inventory (STAI-S) and the City Birth Trauma Scale (CityBiTS) to assess PPD, PPA, and CB-PTSD symptoms, respectively. More partner's support during childbirth was associated with lower PPD, PPA, and CB-PTSD symptoms severity. Findings suggest that partner's support is important for women's mental health, so ensuring that women have access to a companion of their choice during childbirth, as recommended by the WHO (2016), is fundamental for women's well-being.

*Keywords:* Partner's support during childbirth, Postpartum depression, Postpartum anxiety, Childbirth-related post-traumatic stress disorder.

## **EXCLUSIVE BREASTFEEDING BUFFERS THE ASSOCIATION BETWEEN CHILDBIRTH-RELATED PTSD SYMPTOMS AND MOTHER-INFANT BONDING**

Raquel Costa (raquel.costa@ulusofona.pt)<sup>1,2,3</sup>, Ana Morais<sup>1</sup>, Matilde Sousa<sup>1</sup>, Sandra Henriques<sup>1</sup>, Inês Jongenelen<sup>1</sup>, Diogo Lamela<sup>1</sup>, Stephanie Alves<sup>1</sup>, & Tiago Miguel Pinto<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Lusófona University/HEI-Lab: Digital Human-environment Interaction Labs; <sup>2</sup>EPIUnit - Instituto de Saúde Pública, Universidade do Porto, Porto, Portugal; <sup>3</sup>Laboratório para a Investigação Integrativa e Translacional em Saúde Populacional (ITR), Universidade do Porto, Porto, Portugal

Childbirth-related posttraumatic stress disorder (CB-PTSD) are associated with mother-infant interaction difficulties. This may be due to mother-infant bonding difficulties which are associated with the type of breastfeeding. This study aimed to analyze the association between CB-PTSD symptoms and mother-infant bonding difficulties and the moderator role of breastfeeding in this association. At 2 months postpartum, 179 mothers reported on sociodemographic, obstetric, previous

mental health problems, breastfeeding, CB-PTSD symptoms (City-Bits), and mother-infant bonding difficulties (PBQ). The adjusted model including CB-PTSD symptoms and the covariates (delivery mode, obstetric complications, and breastfeeding) indicated that greater CB-PTSD negative cognitions/mood symptoms severity were associated with more mother-infant bonding difficulties. The moderation model indicated that exclusive breastfeeding was associated with less mother-infant bonding difficulties and buffered the association between CB-PTSD negative cognitions/mood symptoms and mother-infant bonding difficulties ( $B=-0.03$ ,  $t=2.64$ , 95%IC -0.05, -0.01). Negative cognitions/mood symptoms may negatively interfere with the mother's ability to feel connected with the infant. Exclusive breastfeeding may act as a protective factor from the negative impact of these symptoms. Early screening and intervention on CB-PTSD, including breastfeeding support, may be important for the mother's mental health and child's development.

*Keywords:* CB-PTSD symptoms, Negative cognitions/mood symptoms, Mother-infant bonding, Breastfeeding, INTERSECT.

## **ADVERSITY AND MATERNAL ADJUSTMENT IN THE TRANSITION TO PARENTHOOD**

**Coordenadora:** Inês Jongenelen (Ines.Jongenelen@ulusofona.pt)<sup>1</sup>

**Moderador:** Marco Pereira (marcopereira@fpce.uc.pt)<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Lusófona University/HEI-Lab: Digital Human-environment Interaction Labs; <sup>2</sup>University of Coimbra/CINEICC: Center for Research in Neuropsychology and Cognitive Behavioral Intervention

**Objectives:** This symposium was designed to present preliminary findings on the impact of adversity on maternal adjustment to the transition to parenthood, using an ongoing cohort study of women ( $N = 314$ ) from two Portuguese regions (Northern and Lisbon Metropolitan Area) assessed during pregnancy and the postpartum period. Particularly, this symposium aims to present (1) a scoping review of the association between intimate partner violence (IPV) and parental reflective functioning (PRF), and preliminary findings on the (2) impact of IPV on PRF, and health-related adversity; (3) association between previous trauma across lifetime and prenatal depression symptoms; (4) and on the association between obstetric and neonatal adversity and childbirth-related posttraumatic stress disorder (CB-PTSD) symptoms.

**Relevance:** Adverse experiences can negatively influence maternal adjustment to the transition to parenthood. Women exposed to adversity may experience difficulties adjusting to the transition to parenthood, and can be at higher risk of lower PRF and mental health problems, such as depression, anxiety and posttraumatic stress. Our findings can contribute to advancing knowledge on the impact of adversity on maternal adjustment to the transition to parenthood, as well as on the associated risk and protective factors.

**Summary:** The oral communications will be focused on IPV, PRF and health-related adversity (1 and 2), previous traumatic experiences across lifetime and prenatal depression symptoms (3), obstetric and neonatal adversity and CB-PTSD symptoms (4). Findings underline that exposure to IPV is associated with obstetric adversity and with lower levels of PRF. Obstetric and neonatal adversity is associated with higher CB-PTSD symptom severity, particularly when couple satisfaction is lower. Previous history of trauma across lifetime is associated with higher severity of depression symptoms during pregnancy. The implications of these findings for perinatal health care are discussed, namely for women reporting previous or current exposure to adversity.

*Keywords:* Adversity, Parenthood, Pregnancy, Postpartum

## **INTIMATE PARTNER VIOLENCE AND PARENTAL REFLECTIVE FUNCTIONING: A SCOPING REVIEW**

Tiago Miguel Pinto (tiago.pinto@ulusofona.pt)<sup>1</sup>, Diogo Lamela<sup>1</sup>, Raquel Costa<sup>1,2,3</sup>, Ana Morais<sup>1</sup>, Sandra Henriques<sup>1</sup>, Matilde Sousa<sup>1</sup>, Francisca Teixeira<sup>1</sup>, & Inês Jongenelen<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Lusófona University/HEI-Lab: Digital Human-environment Interaction Labs; <sup>2</sup>EPIUnit -Instituto de Saúde Pública, Universidade do Porto, Porto, Portugal; <sup>3</sup>Laboratório para a Investigação Integrativa e Translacional em Saúde Populacional (ITR), Universidade do Porto, Porto, Portugal

Recent research has suggested that parental reflective functioning (PRF) is a cognitive and emotional process that may operate as a mechanism that links intimate partner violence (IPV) and parenting. This scoping review aims to explore the literature findings on the association between IPV victimization or perpetration and PRF. A scoping review search strategy was developed, and five databases were searched. To be eligible for inclusion, articles had to: a) focus on PRF; b) explore PRF in the context of IPV; and c) be empirical studies, research reports or theses/dissertations. The screening process involved two reviewers who agreed on the articles to be included. The final selection was validated by all research team members. Data extraction will capture study characteristics and main findings. In the next step qualitative analysis will be used to systematize the data. The initial search strategy retrieved 549 articles, of which 24 were selected for screening with seven articles selected to be included in the analysis. This scoping review will provide a comprehensive overview of the available literature, informing on the potential links between intimate partner violence and parental reflective functioning. This synthesis will help to inform future parenting research in the context of IPV.

*Keywords:* IPV, PRF, victims, perpetrators

## **HEALTH-RELATED ADVERSITY AND INTIMATE PARTNER VIOLENCE: IMPACT ON PRENATAL PARENTAL REFLECTIVE FUNCTIONING**

Inês Jongenelen (ines.jongenelen@ulusofona.pt)<sup>1</sup>, Sandra Henriques<sup>1</sup>, Ana Morais<sup>1</sup>, Matilde Sousa<sup>1</sup>, Tiago Miguel Pinto<sup>1</sup>, Raquel Costa<sup>1,2,3</sup>, & Diogo Lamela<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Lusófona University/HEI-Lab: Digital Human-environment Interaction Labs; <sup>2</sup>EPIUnit -Instituto de Saúde Pública, Universidade do Porto, Porto, Portugal; <sup>3</sup>Laboratório para a Investigação Integrativa e Translacional em Saúde Populacional (ITR), Universidade do Porto, Porto, Portugal

Intimate partner violence (IPV) is a major adverse life experience that affects 25% of women in the perinatal period and has been associated with obstetric complications and poorer parental reflective functioning (PRF). Our aim is to analyse the impact of IPV exposure on mothers' prenatal PRF and explore linked health-related outcomes. 281 women at the 3rd trimester of pregnancy, recruited in three large Portuguese public hospitals, reported sociodemographic and obstetric characteristics, IPV exposure and prenatal PRF. Participants who reported at least one IPV episode (psychological, physical or sexual) were considered to be exposed. The model including IPV exposure and covariates (obstetric complications and previous trauma) indicated that women exposed to IPV reported lower prenatal PRF, compared to the group of none exposed women. Women with obstetric complications or previous trauma reported lower prenatal PRF. Findings highlight the possible negative impact of IPV on parenting mentalizing processes. Mothers exposed to IPV can also be at higher risk of adverse health outcomes that may interfere with parenting mentalizing processes. Implications for research and the design of parenting interventions with women exposed to IPV during the transition to parenthood will be discussed.

*Keywords:* IPV, parenting, PRF, pregnancy

## **HISTORY OF PREVIOUS TRAUMA AND PRENATAL DEPRESSION SYMPTOMS**

Cláudia Prata (a22301759@alunos.ulht.pt)<sup>1</sup>, Matilde Sousa<sup>1</sup>, Sandra Henriques<sup>1</sup>, Ana Morais<sup>1</sup>, Inês Jongenelen<sup>1</sup>, Diogo Lamela<sup>1</sup>, Tiago Miguel Pinto<sup>1</sup> & Raquel Costa<sup>1,2,3</sup>

<sup>1</sup>Lusófona University/HEI-Lab: Digital Human-environment Interaction Labs; <sup>2</sup>EPIUnit -Instituto de Saúde Pública, Universidade do Porto, Porto, Portugal; <sup>3</sup>Laboratório para a Investigação Integrativa e Translacional em Saúde Populacional (ITR), Universidade do Porto, Porto, Portugal

History of previous trauma is prevalent among women during the perinatal period and can negatively interfere with women's perinatal mental health. This is relevant considering the negative impact of perinatal mental health problems on women's health and well-being and on infant development. A sample of 314 pregnant women was recruited from three public hospitals. At the 3rd trimester of pregnancy, women reported on sociodemographic and obstetric characteristics, history of previous trauma and mental health problems, and prenatal depression symptoms (EPDS). A hierarchical multiple linear regression model with 2 steps was tested. The model adjusted for covariates (marital status, previous diagnosis of mental health problems, and obstetric complications) explained 13% ( $R^2 = .13$ ) of the variance of depression symptoms. History of previous trauma was associated with higher depression symptom severity during pregnancy,  $\beta = 0.21$ , 95% CI (1.02,3.15). History of previous trauma was associated with higher depression symptoms severity during the perinatal period, which can have a negative impact on women's adjustment to motherhood and infant development. Screening and targeting women who may need perinatal mental health care can reduce the prevalence of mental health problems during pregnancy and the postpartum period.

*Keywords:* Previous trauma, Depression symptoms, Pregnancy

## **COUPLE SATISFACTION CAN BE A PROTECTIVE FACTOR AGAINST CHILDBIRTH-RELATED POSTTRAUMATIC STRESS SYMPTOMS**

Stephanie Alves (stephanie.alves@ulusofona.pt)<sup>1</sup>, Margarida Pratas<sup>1</sup>, Ana Morais<sup>1</sup>, Inês Jongenelen<sup>1</sup>, Diogo Lamela<sup>1</sup>, Sandra Henriques<sup>1</sup>, Matilde Sousa<sup>1</sup>, Tiago Miguel Pinto<sup>1</sup>, & Raquel Costa<sup>1,2,3</sup>

<sup>1</sup>Lusófona University/HEI-Lab: Digital Human-environment Interaction Labs; <sup>2</sup>EPIUnit -Instituto de Saúde Pública, Universidade do Porto, Porto, Portugal; <sup>3</sup>Laboratório para a Investigação Integrativa e Translacional em Saúde Populacional (ITR), Universidade do Porto, Porto, Portugal

Childbirth-related posttraumatic stress disorder (CB-PTSD) symptoms are prevalent and can have pervasive consequences for the entire family. Adverse obstetric and neonatal outcomes constitute well-known risk factors for CB-PTSD symptoms. However, less is known about modifiable family-related factors that may buffer this impact. This study examined the (1) association between obstetric and neonatal adversity and CB-PTSD symptoms and (2) whether couple satisfaction and coparenting quality moderated this association. The sample consisted of 187 women recruited in three large Portuguese public hospitals. At 2 months postpartum, women completed questions related to obstetric and neonatal adversity (sum of obstetric complications, neonatal complications, prematurity, and instrumental/emergency caesarean delivery) and measures of couple satisfaction (CSI-4), coparenting quality (ERC), and CB-PTSD symptoms (CityBits). Obstetric and neonatal adversity was reported by 43.4% of women and was associated with higher CB-PTSD symptom severity, particularly among women who reported lower couple satisfaction. No significant associations were found for coparenting quality. Our results suggest that women who are more satisfied with their couple relationship have lower CB-PTSD symptoms despite exposure to obstetric and neonatal adversity. Prevention efforts for improving marital functioning among women during the perinatal period should be considered, namely for those facing perinatal adversity.

*Keywords:* Obstetric and neonatal adversity, Childbirth-related posttraumatic stress disorder, Couple relationship, Coparenting, Perinatal mental health.

## **CONTEXTOS DIGITAIS E SAÚDE**

**Coordenadora:** Patrícia Pascoal

**Objetivos:** Aprofundar a relação entre a utilização de tecnologia e saúde mental e bem-estar, identificação e caracterização de grupos em maior risco e prioridades ao nível da prevenção.

**Relevância:** A tecnologia e a inteligência artificial (IA) estão cada vez mais presentes no domínio da saúde, em termos de procedimentos, tratamentos, investigação e desenvolvimento. A intersecção entre a saúde mental e a tecnologia é um fenómeno complexo e em constante e rápida evolução. O simpósio pretende refletir e promover o debate sobre as oportunidades e desafios da utilização da tecnologia ao nível da saúde mental e do bem-estar, com especial enfoque na promoção de ambientes de trabalho mais saudáveis, na gestão do stress e na prevenção do *burnout*. A utilização da tecnologia em contexto laboral tem o potencial de proporcionar benefícios significativos. No entanto, também apresenta desafios ao nível da saúde mental, desempenho e ligações interpessoais.

**Sumário:** Iniciamos o simpósio com a apresentação de uma revisão da literatura que se centra na experiência de imersão em contextos virtuais vista como uma ferramenta inovadora e fácil de usar, e a natureza imersiva é considerada uma experiência agradável e positiva, capaz de promover melhores resultados psicológicos, como níveis mais baixos de stress e humor negativo. Seguindo-se uma apresentação sobre perfis de utilização de meios digitais e experiência de tecnostresse, uma área emergente de estudo, que identifica diferentes perfis de utilizadores, com especial realce para um grupo de superutilizadores, orientados para o trabalho, e interação disfuncional que se destacou pelos níveis elevados nas dimensões clinicamente significativas. Por último, um estudo analisa a perceção de ambiente de trabalho saudável comparado três grupos: profissionais em teletrabalho, em trabalho híbrido e em trabalho presencial, concluindo que o trabalho híbrido e teletrabalho estão associados a melhores resultados psicológicos.

*Palavras-Chave:* ciberpsicologia, inteligência artificial, saúde mental, contextos virtuais

## **EFEITOS DA NATUREZA VIRTUAL IMERSIVA NOS RESULTADOS PSICOLÓGICOS: RESULTADOS PRELIMINARES DE META-ANÁLISE**

Sílvia Luís (silvia.luis@ulusofona.pt)<sup>1</sup>, Rita Moura<sup>1,2</sup>, & Cristina Camilo<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>HEI-Lab, Digital Human-Environment Interaction Labs, Universidade Lusófona, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>CIS-Iscte, Iscte - Instituto Universitário de Lisboa, Lisboa, Portugal

A Realidade Virtual (RV) é vista como uma ferramenta inovadora e fácil de usar, e a natureza imersiva é considerada uma experiência agradável e positiva, capaz de promover melhores resultados psicológicos, como níveis mais baixos de stress e humor negativo. No entanto, se a natureza virtual imersiva for utilizada para intervir em problemas de saúde mental, é importante sintetizar sistematicamente os resultados dos estudos existentes e avaliar sua eficácia global. Para esse fim, estamos atualmente conduzindo uma meta-análise focada em avaliar quão eficaz a natureza virtual imersiva é na melhoria do afeto, regulação emocional, estresse, saúde mental, restauração e bem-estar tanto em adultos clínicos quanto não clínicos. Realizámos pesquisa na Scopus, Web of Science, PubMed, PsycINFO e PsycArticles para artigos relevantes revisados por pares publicados em inglês, entre 2013 e 2023 (inclusive de janeiro de 2023). O protocolo foi registrado na Plataforma Internacional de Protocolos de Revisão Sistemática e Meta-Análise Registrados (INPLASY; número de registro INPLASY202310068), e o estudo está sendo conduzido de acordo com as "Diretrizes de Relato Preferenciais para Revisões Sistemáticas e Meta-Análises (PRISMA)". Atualmente estamos trabalhando na triagem de título e resumo dos artigos recuperados.

*Keywords:* Natureza virtual, Afeto, Regulação emocional, Stress, Saúde mental

## **PERFIS DE UTILIZAÇÃO DE NOVAS TECNOLOGIAS DE INFORMAÇÃO E COMUNICAÇÃO E TECNOSTRESSE**

Inês Miranda<sup>1</sup>, Patrícia Pascoal (patricia.pascoal@ulusofona.pt)<sup>1</sup>, & Pedro Joel Rosa<sup>1</sup>

<sup>1</sup>HEI-Lab, Digital Human-Environment Interaction Labs, Universidade Lusófona, Lisboa, Portugal

O tecnostresse é estado psicológico negativo associado à utilização das Novas Tecnologias de Informação e Comunicação (NTIC) que varia num contínuo entre os polos de tecnofobia e a tecnoadição que se encontram-se associadas a vários quadros psicopatológicos, nomeadamente a ansiedade e a depressão, que podem ser explicadas e mediadas por fatores transdiagnósticos comuns: ruminação, regulação emocional e preocupação. Este estudo exploratório e transversal, baseou-se numa amostra por conveniência de 470 participantes ( $M = 29,25$  anos;  $DP=10,7$  anos), maiores de idade e com a língua portuguesa como nativa. Utilizou-se a Análise de Classes Latentes para identificar subgrupos de risco, tendo em conta fatores transdiagnóstico e tipo de interação com a tecnologia. Os resultados revelaram a existência de 4 perfis de utilizadores distintos, com especial realce para um grupo de superutilizadores, orientados para o trabalho, e interação disfuncional que se destacou pelos níveis elevados nas dimensões clinicamente significativas. Estes super utilizadores são jovens, possuem elevadas habilitações académicas e uso precoce de internet e elevados níveis na ruminação e preocupação, e défice na regulação emocional. O impacto psicológico negativo de utilização de NTIC relaciona-se com o tipo de utilização e existem grupos vulneráveis que podem ser alvo de prevenção.

*Palavras-Chave:* Tecnostresse, Abordagem transdiagnóstica, Análise de classes latentes, Perfis de risco

## **AMBIENTE DE TRABALHO SAUDÁVEL, SAÚDE MENTAL E BEM-ESTAR DO TRABALHADOR EM TELETRABALHO**

Tânia Gaspar (tania.gaspar@ulusofona.pt)<sup>1,2,3</sup>, Saúl Jesus<sup>3,4</sup>, Ana Rita Farias<sup>1</sup>, & Margarida Gaspar Matos<sup>2,3</sup>

<sup>1</sup>HEI-Lab, Digital Human-Environment Interaction Labs, Universidade Lusófona, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>ISAMB, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>Healthy Workplaces Portuguese Lab; <sup>4</sup>Universidade do Algarve, Algarve, Portugal

O teletrabalho e outras formas de trabalho devem ser compreendidas numa perspetiva ecológica. O principal objetivo deste artigo é compreender e caraterizar como funcionam os ecossistemas de ambientes de trabalho saudáveis no contexto do teletrabalho e do trabalho híbrido. Foi adotado o Modelo de Ambiente de Trabalho Saudável proposto pela Organização Mundial de Saúde. Num estudo transversal, participaram 1829 pessoas. Foi utilizada a Ferramenta Ecossistemas de Locais de Trabalho Saudáveis (EATS). 57% dos participantes estavam em teletrabalho, 16% em trabalho híbrido e 27% em trabalho presencial. Os profissionais em situação de trabalho híbrido têm uma perceção mais positiva da cultura organizacional, do ambiente psicossocial de trabalho, dos recursos para a saúde e melhores indicadores de saúde mental, gestão de stress, bem-estar e engagement. Os profissionais em situação híbrida são seguidos pelos profissionais em teletrabalho e, por último, pelos profissionais em situação presencial. O trabalho híbrido é o formato de trabalho que mais se associa a um ambiente de trabalho saudável nas suas diferentes dimensões. Pelo contrário, o trabalho exclusivamente presencial é aquele que está mais fortemente associado a um ambiente de trabalho menos saudável e menores indicadores de saúde mental e bem-estar.

*Palavras-Chave:* Teletrabalho, Trabalho híbrido, Ambientes de trabalho saudáveis, Saúde mental, Burnout.

## **PERCEÇÃO DA UTILIDADE DAS INTERVENÇÕES DIGITAIS EM SEXOLOGIA CLÍNICA: ESTUDO QUALITATIVO EUROPEU**

Patrícia Pascoal<sup>1</sup>, Andreia Manão<sup>1</sup>, Sam Ward, Marcos Bote, & Alexis Dewaele

<sup>1</sup>Universidade Lusófona, HEI-LAB: Digital Human-Environment Interaction Lab, Lisboa, Portugal



Considerando o Modelo de Aceitação da Tecnologia (TAM), diversos fatores podem influenciar a adoção de tecnologias em diversos contextos. O uso de novas tecnologias é influenciado pela percepção que existe da sua utilidade (o uso da tecnologia melhorará o desempenho no trabalho). Em contextos de saúde, o uso de novas tecnologias tem viabilizado o crescimento da e-Health e das intervenções psicológicas. Contudo a sua aplicação à área da sexualidade é ainda escassa. Neste estudo europeu, pretendeu-se perceber a percepção que os profissionais acreditados em Sexologia Clínica têm da utilidade das intervenções digitais na saúde sexual. No âmbito de um estudo enquadrado numa ação COST, utilizámos um inquérito online com perguntas abertas e recolhemos respostas de 26 especialistas em Sexologia Clínica de diversos países europeus (e.g., Portugal, Itália, Bélgica, Países Baixos). Os resultados, ainda preliminares, mostraram que os profissionais de saúde sexual consideram 4 áreas predominantes de utilidade para as intervenções digitais em sexologia: Maior acessibilidade; Eficácia na Psicoeducação, Utilização Integrada. As intervenções digitais apresentam utilidade, nomeadamente na promoção da justiça social. Contudo os especialistas priorizam a utilização no contexto do atendimento presencial o que pode comprometer a referenciação de pacientes para respostas mais eficazes.

*Palavras-Chave:* Modelo de aceitação da tecnologia, Sexologia clínica, European sexual medicine network.

## **SUSTENTABILIDADE E SAÚDE MENTAL**

**Coordenadora:** Anabela Pereira

Universidade de Évora (CIEP), Évora, Portugal

**Objetivo:** O presente simpósio tem como objetivo partilhar experiências promotoras da saúde mental, da resiliência emocional e da sustentabilidade para a prática da Psicologia da Saúde.

**Relevância:** Os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) propostos pela ONU, na sua agenda para 2030, enfatizam várias dimensões do desenvolvimento, no qual as instituições de formação no Ensino Superior e a Psicologia da Saúde têm um papel crucial, no que diz respeito à promoção e educação para a saúde. No alinhamento destes ODS, urge intervir nos comportamentos de risco e na prevenção da doença mental.

**Sumário:** O primeiro trabalho “Promoção da Saúde Mental dos Alunos de Doutoramento” é alicerçado num estudo preliminar realizado em laboratório com a aplicação do *biofeedback*. Reforçando a máxima “corpo são em mente são”, é apresentado um estudo multidisciplinar “Impacto de um programa de exercício integrativo na saúde mental de estudantes universitários: estudo piloto”. A investigação “Personalidade, Espiritualidade e saúde mental” apresenta-nos as características disposicionais nas respostas de Bem-Estar Espiritual numa amostra de 264 indivíduos de várias idades. O estudo “Explorando *Problem Based Learning* em Estudantes de Psicologia da Saúde”, relata uma experiência pedagógica inovadora no ensino da Unidade Curricular “Psicologia da Saúde” através da metodologia colaborativa realizada em duas universidades portuguesas. Por fim, a comunicação, “Ansiedade e *distress* em estudantes universitários” apresenta-nos as vivências de 1390 estudantes universitários, durante a pandemia Covid- 19, alertando para as suas consequências no Ensino Superior. São apontadas algumas reflexões críticas bem como implicações ao nível da formação básica e contínua visando a saúde mental e resiliência emocional, variáveis facilitadoras e promotoras do desenvolvimento e sustentabilidade para a aprendizagem ao longo do ciclo de vida.

*Palavras-Chave:* Saúde mental, Resiliência, Exercício integrativo, Ansiedade, Distress

## **PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL NOS ALUNOS DE DOUTORAMENTO**

Anabela Pereira (anabela.pereira@uevora.pt)<sup>1</sup>, Cristina Queirós<sup>2</sup>, Patrícia Batista<sup>3</sup>, Jacinto Jardim<sup>4</sup>, Rosa Gomes<sup>5</sup>, & Paulo Chaló<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Universidade de Évora (CIEP), Évora, Portugal; <sup>2</sup>Universidade do Porto, Porto, Portugal; <sup>3</sup>Universidade Católica Portuguesa; <sup>4</sup>Universidade Aberta; <sup>5</sup>Universidade de Aveiro, Aveiro, Portugal

Estudos recentes têm evidenciado que a saúde mental é um fator de grande impacto no desempenho e sucesso do doutoramento. O aumento da ansiedade, *distress* e depressão tem motivado as instituições de ensino superior a adotar estratégias promotoras de sucesso e saúde mental neste nível ensino. Este trabalho tem como objetivo apresentar, os resultados de um estudo preliminar realizado em laboratório com o *biofeedback* para lidar com o stress e avaliar as perceções da eficácia da sua utilização. Participaram estudantes de doutoramento, que responderam aos questionários *Mental Health Inventory* (MHI-5), *Kessler Psychological Distress Scale* (K-10) e *Generalised* (GAD-7), antes e após o uso do *biofeedback*. Os resultados com o módulo MULTI, indicaram ligeiras alterações positivas ao nível da gestão do stress e ansiedade após o treino. No *focus group* os doutorandos destacaram perceções positivas da utilização do biofeedback, melhorias nas variáveis avaliadas pelos questionários, bem como a identificação de alterações necessárias a efetuar em termos de tempo, duração e contextos do programa. São referidas implicações para a saúde e bem-estar destes estudantes, nomeadamente a possibilidade de num futuro próximo ser ponderada a intervenção online, *chatbots* terapêuticos entre outros.

*Palavras-Chave:* Biofeedback, Doutoramento, Saúde mental, Ansiedade, Distress

## **EXPLORANDO PROBLEM BASED LEARNING EM ESTUDANTES DE PSICOLOGIA DA SAÚDE**

Anabela Pereira (anabela.pereira@uevora.pt)<sup>1</sup>, Vanda Santos<sup>2</sup>, & Daniela Pedrosa<sup>2,3</sup>

<sup>1</sup>Universidade de Évora (CIEP), Évora, Portugal; <sup>2</sup>Universidade de Aveiro (CIDTFF), Aveiro, Portugal; <sup>3</sup>Instituto politécnico de Santarém (CIDTFF), Santarém, Portugal

Evidência empírica, tem destacado a relação positiva entre a aprendizagem colaborativa e o sucesso, persistência e motivação dos estudantes. Este tipo de aprendizagem facilita um maior envolvimento dos estudantes em interações sociais, como na discussão de informação, na resolução de problemas, na aquisição e partilha de conhecimentos. Este estudo pretende avaliar a opinião dos estudantes sobre o trabalho colaborativo e abordagem de aprendizagem baseada em problemas. Participaram estudantes de pós-graduação, que frequentaram a Unidade Curricular “Psicologia da Saúde” em dois programas de mestrado na área da Psicologia, de duas instituições do Ensino Superior, durante os anos letivo 2020/2021 e 2021/2022. Os dados foram analisados numa perspetiva quantitativa (inquéritos) e qualitativa (*focus group*) sobre as perceções dos alunos relativamente ao trabalho colaborativo. Os resultados sugeriram opiniões dicotómicas, em que uns alunos avaliaram a aprendizagem colaborativa como de maior exigência, com mais sobrecarga de trabalho e por isso não tão atrativo, enquanto a maioria, apesar de salientaram a exigência e complexidade desta experiência consideram-na como muito positiva. Os resultados foram semelhantes em ambas as instituições com ligeiras diferenças, explicadas pelas características dos planos curriculares. São referidas implicações para a inovação pedagógica nesta unidade curricular.

*Palavras-Chave:* Trabalho colaborativo, Aprendizagem, Aprendizagem ativa, Aprendizagem baseada em problemas.

## **PERSONALIDADE, ESPIRITUALIDADE E SAÚDE MENTAL**

José Maria Fialho (jmvb.fialho@gmail.com)<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Departamento de Psicologia, Universidade de Évora, CIEP, Évora, Portugal

A espiritualidade é uma dimensão que exerce uma influência sobre o bem-estar dos indivíduos, na medida em que possui um papel fundamental nos comportamentos, pensamentos e na vida geral das pessoas. Este trabalho teve como objetivo compreender o papel das características disposicionais (Orientações para as Atividades e dos Fatores de Personalidade Básica) nas respostas de Bem-Estar Espiritual. Os instrumentos utilizados neste estudo foram o *Hedonic and Eudaimonic Motives for Activities Revised* (HEMA-R), o Inventário de Personalidade dos Cinco Fatores (NEO-FFI-20), e o *Spiritual Health and Life Orientation Measure* (SHALOM). Neste estudo participaram 264 indivíduos com idades compreendidas entre os 18 e os 80 anos ( $M=37,17$ ;  $DP=13,88$ ), sendo que 78% são do sexo feminino e 22% do sexo masculino. Globalmente, os resultados deste estudo indicam que a extroversão demonstrou-se preditora significativa e negativa da maioria dos domínios da discrepância espiritual, indicando que os indivíduos com níveis elevados neste traço tendem a desenvolver o que corresponde ao seu ideal de espiritualidade. Consideramos que seria relevante mais estudos acerca da relação entre estes construtos, bem como acerca de mais características disposicionais, de forma a explorar o que pode contribuir para a saúde espiritual dos indivíduos.

*Palavras-Chave:* Espiritualidade, Saúde espiritual, Saúde mental, Bem-estar.

## ANSIEDADE E DISTRESS EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

Ana Catarina Salvado (ana.salvado@ua.pt)<sup>1</sup>, Daniel Marrinhas<sup>1</sup>, Vanda Santos<sup>1,3</sup>, Daniela Pedrosa<sup>2,3</sup>, & Anabela Pereira<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Universidade de Aveiro, Aveiro, Portugal; <sup>2</sup>Instituto Politécnico de Santarém, Santarém, Portugal; <sup>3</sup>CIDTFF - Centro de Investigação em Didática e Tecnologia na Formação de Formadores, Aveiro, Portugal; <sup>4</sup>Universidade de Évora, CIEP - Centro de Investigação em Educação e Psicologia, Évora, Portugal

Estudos recentes, sobre as consequências da pandemia COVID 19 evidenciaram um elevado crescimento da ansiedade e do distress em contexto universitário. Sendo que as tecnologias foram mais utilizadas durante a pandemia, especialmente pelos mais jovens, nomeadamente para obterem informações sobre saúde, torna-se pertinente estudar a relação entre ansiedade, distress em estudantes. A amostra foi constituída por um total de 1390 estudantes universitários, de ambos os sexos, variando a idade entre 18 e 70 ( $M=23,94$  anos;  $DP=7,49$ ) que responderam ao questionário online durante a pandemia, o qual foi constituído por questões sociodemográficas, uma Escala de Distress Psicológico de Kessler (K-10), uma Escala de Ansiedade do Coronavírus (CAS). Os resultados evidenciaram que a maioria dos estudantes apresentou distress elevado (K-10), e ansiedade adaptativa (CAS) Foram encontradas correlações significativas entre a ansiedade e o distress, e entre o distress e a satisfação com a saúde. Para além disso, emergiram diferenças entre as médias dos grupos sociodemográficos relativamente às variáveis do distress, ansiedade. Este estudo contribui, adicionalmente, com fatores de risco para desenvolver níveis mais elevados de distress, ansiedade e Intervenções psicológicas são necessárias no combate ao distress e ansiedade em contexto académico.

*Palavras-Chave:* Ansiedade, Distress, eHealth, Estudantes universitários, Covid-19, Pandemia

## ABORDAGENS INTEGRATIVAS NO CICLO VITAL

**Coordenadora:** Margareth da Silva Oliveira

Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS), Brasil

**Objetivo:** Nesse simpósio, serão abordados quatro temas com o objetivo de trazer maiores informações sobre terapias contextuais na população brasileira.

**Relevância:** Os temas possuem relevância para a promoção de bem-estar e saúde mental nas fases do ciclo vital.

Sumário: O primeiro tema aborda um programa adaptado para jovens adultos com o objetivo de lidar com estresse vivenciado na vida acadêmica. O modelo vem das terapias contextuais, a Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) que por meio da diminuição da inflexibilidade psicológica, facilitando processos adaptativos na qualidade de vida destes universitários. O segundo tema busca investigar os constructos positivos, como a esperança e o otimismo na população transgênero e se esses fatores seriam protetivos em um cenário de grande vulnerabilidade visto que essa é uma população que sofre extremo desamparo e preconceitos, sendo alvo de violências, o que dificulta o acesso a serviços de saúde e educação. O terceiro tema discute o olhar da Psicologia Positiva e seu papel no percurso do idoso. A psicologia positiva é um campo científico dentro da Psicologia que leva em consideração, principalmente, as experiências positivas e, está sustentada sobre os pilares: 1) estudo das emoções positivas; 2) estudo das qualidades/traços positivos. Com o aumento no número de idosos e a melhora da qualidade de vida, trazemos a reflexão: quando dispomos de mais tempo de vida, dispomos, também, de mais tempo livre, mas devemos saber e poder utilizá-lo bem, com qualidade e satisfação íntima, sendo ao mesmo tempo educadores de novas gerações. Com isso, surge junto a preocupação da criação e otimização de condições adequadas para se viver de maneira mais completa. O quarto tema refere-se ao Programa Mais Recursos Psicológicos, uma intervenção psicológica preventiva manualizada de 10 sessões semanais em grupo de adultos focada no desenvolvimento de determinados recursos psicológicos e quais os benefícios alcançados.

*Palavras-Chave:* Ciclo vital, Terapias contextuais, Abordagens integrativas, Saúde mental, Recursos psicológicos.

## **VIABILIDADE DE UM PROGRAMA DE ACT NA REDUÇÃO DE ESTRESSE EM JOVENS**

Margareth da Silva Oliveira (marga@puccs.br)<sup>1</sup> & Renata Zancan<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS), Brasil.

Jovens ingressam na vida acadêmica vivendo ainda a adolescência, período muitas vezes responsável pelo elevado grau de estresse. A Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) busca diminuir a inflexibilidade psicológica, facilitando processos adaptativos na vida da pessoa. O objetivo foi investigar a viabilidade de intervenção para redução do estresse em jovens universitários pela ACT. Os instrumentos aplicados foram uma ficha de dados sociodemográficos, a Escala de Estresse percebido (PSS-10), *Acceptance and Action Questionnaire for University Students (AAQ-US)* e a Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21). Participaram 44 estudantes, com média de idade de 21,4 ( $DP=5,61$ ), 70% do sexo feminino e cor da pele branca. Foram realizadas análises pré e pós-intervenção, análises de séries temporais, e análises qualitativas. Os resultados mostram os fatores mais estressores: 47,6% ( $n=10$ ) conciliar trabalho e estudo, seguido de 42,9% ( $n=9$ ), escolha da carreira e 38,1% ( $n=8$ ) dificuldade financeira. Em relação aos dados obtidos após intervenção verificou-se estresse percebido, ( $p=0,017$ ), e a Inflexibilidade Psicológica ( $p<0,01$ ) apresentaram uma diminuição significativa após a intervenção. Conclui-se a viabilidade da aplicação do programa no contexto acadêmico, mas também as limitações quanto ao tamanho amostral, a desistência no programa, o modelo grupal, a aderência dos terapeutas ao protocolo entre outros.

*Palavras-Chave:* Viabilidade, Pré-experimental, Estresse, Universitários, Terapia de aceitação e compromisso

## **PERCEPÇÕES DE BRASILEIROS TRANSGÊNERO ACERCA DA ESPERANÇA E OTIMISMO**

Claudia Giacomoni (giacomonich@gmail.com)<sup>1</sup> & Lucca Rodrigues<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Brasil

As identidades transgênero englobam indivíduos cuja identidade de gênero difere daquela designada a eles ao nascer. A população transgênero brasileira encontra-se em extrema vulnerabilidade no país,

sendo alvo de violências físicas e psicológicas, além de dificuldade no acesso a serviços de saúde e educação. Com isso, urge a necessidade de investigar construtos positivos, como a esperança e o otimismo, a fim de identificar se tais variáveis são protetivas para essa população frente a um cenário de grande vulnerabilidade. Com o objetivo de identificar as percepções de brasileiros trans acerca da esperança e do otimismo, utilizou-se entrevista semiestruturada, aplicada on-line, com recrutamento via redes sociais. Participaram do estudo 228 pessoas trans brasileiras maiores de 18 anos, sendo seus relatos analisados por análise temática. Os resultados apontaram para a importância dos conceitos para motivação e preferência pela esperança, a qual foi identificada, dentre as variáveis investigadas, como principal mantenedora da saúde mental dessa população. Também se identificou a importância da esperança para a prevenção ao suicídio em pessoas trans brasileiras. Conclui-se que a investigação de variáveis positivas nessa população pode apontar caminhos para intervenções voltadas à diminuição das desigualdades e vulnerabilidades enfrentadas por pessoas trans brasileiras.

*Palavra-Chave:* Transgêneros, Saúde mental, Esperança, Otimismo, Adultos

## **PSICOLOGIA POSITIVA PARA ALÉM DO OTIMISMO E O IDOSO COMO VAI?**

Irani de Lima Argimon (argimon@puers.br)<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS), Brasil

O presente estudo busca sintetizar evidências disponíveis sobre o papel da autocompaixão em idosos com 60 anos ou mais e suas potenciais implicações durante o processo do envelhecimento. A revisão sistemática foi conduzida com o objetivo de buscar estudos científicos com metodologia quantitativa, qualitativa ou métodos mistos com foco na autocompaixão em amostras de idosos com 60 anos ou mais. As buscas foram conduzidas nas bases de dados Psycinfo, Scopus, Pubmed, Embase e Cochrane, sem limite de tempo. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, 11 artigos foram considerados elegíveis para esta revisão, com todos apresentando adequada qualidade metodológica. Autocompaixão se mostrou uma habilidade promissora que pode promover a saúde psicossocial no envelhecimento, possibilitando melhor ajustamento às mudanças associadas ao envelhecimento. Tais resultados podem contribuir para o desenvolvimento de novos protocolos de intervenção em saúde mental, especialmente no campo da psicogerontologia. São necessários mais estudos longitudinais e investimento no desenvolvimento de intervenções específicas para esta faixa etária.

*Palavras-Chave:* Auto-compaixão, Envelhecimento, Intervenção, Saúde mental, Psicologia positiva.

## **PROGRAMA MAIS RECURSOS PSICOLÓGICOS: INTERVENÇÃO PREVENTIVA PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL**

Eduardo Remor (eduardo.remor@ufrgs.br)<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), Brasil.

O Programa Mais Recursos Psicológicos é uma intervenção psicológica preventiva manualizada (espanhol e português) e empiricamente validada que visa a promoção da saúde mental. A intervenção é destinada a adultos e consiste em 10 seções semanais em grupo (duração aproximada de 120 minutos). Cada sessão concentra-se em atividades específicas para desenvolver um determinado recurso psicológico. Incorpora dinâmicas de grupo, interação entre os participantes, feedback, reforço positivo no comportamento, atividades que envolvem criatividade, resolução de problemas, comunicação assertiva, reflexão pessoal, aprendizagem por meio de experiências, treino de relaxamento e tarefas realizadas durante a semana pelo participante (planos de ação). Serão compilados e apresentados os resultados do programa e tamanhos de efeito das diferenças em indicadores de saúde mental, em distintas amostras de população, a partir de estudos realizados na Espanha ( $n=61$ ), El Salvador ( $n=24$ ) e Brasil ( $n=27$ ). Os resultados nas diferentes amostras

alcançaram benefícios em indicadores de saúde mental: estado de humor percebido, afeto positivo e negativo, estresse, gratidão, otimismo, resiliência, saúde mental geral, queixas subjetivas de saúde, assertividade e satisfação com a vida (tamanhos de efeito de 0,15 a 0,75). O programa tem potencial como ferramenta de prevenção e promoção da saúde mental no contexto universitário.

*Palavras-Chave:* Intervenção, Prevenção, Saúde mental, Recursos psicológicos, Universitários

## **EMOTIONS AND SLEEP IN THE CONTEXT OF VIOLENCE: SLEEP BRUXISM AND EMOTION REGULATION**

**Coordenadora:** Margarida Gaspar de Matos (margarida.gaspardematos@gmail.com)

CRC-W, Católica Research Centre for Psychological, Family and Social Wellbeing; Faculdade de Ciências Humanas da Universidade Católica Portuguesa (FCH – UCP), Portugal

**Objectives:** The main goal of the symposium is to pinpoint the factors that connect sleep patterns to aggressive behavior and possible sleep disruptions like sleep bruxism. Moreover, we explore the possible role of self-connection as a promising element to promote sleep quality and prevent violence. The symposium aims to contribute to understand how violence and potentially stressful life conditions may disrupt sleep; recognize the predictors of family violence; identify sleep bruxism as a multi-factor disorder, highly affected by emotion regulation skills; and depict self-connection as an important aspect to include in psychological interventions in the Sleep field.

**Relevance:** Sleep problems represent a serious burden to our society. Especially when becoming chronic, sleep deprivation and poor sleep may impair health and well-being, reducing our cognitive and executive functions, while enhancing the probability of accidents, social isolation, chronic illnesses and aggressive behavior. Research has demonstrated that living in unstable conditions can compromise the regularity of sleep schedules, secure bedtime routines, and promote discomfort, pain, and exposure to sleep disruptors. The reduced sleep quality in the context of violence may be expressed immediately or later in life, manifested in sleep disorders like insomnia, nightmare disorder or sleep bruxism, and/or psychophysiological changes, including increased levels of alertness and hypervigilance. It seems important to promote healthy sleep in such contexts, given that optimal sleep is associated with benefits to emotional and behavioral regulation, physical and mental health and constructive family functioning.

**Summary:** In this symposium, we will address the bidirectional relationship between sleep and violence, exploring the impact of family violence in emotions and well-being. Moreover, we present data about sleep bruxism, pointing out the role of emotion regulation. Four speakers will discuss the continuum that links sleep, violence, health and well-being, underlining the relevance of psychological interventions focused on emotional balance and healthy sleep quality.

*Keywords:* Sleep, Violence, Sleep bruxism, Self-connection

## **SLEEP AND VIOLENCE: A BIDIRECTIONAL RELATIONSHIP**

Hugo Canas Simião (hugo.simiao@gmail.com)<sup>1-4</sup>, & Teresa Paiva<sup>3,5,6</sup>

<sup>1</sup>Serviço de Psiquiatria, Serviço de Saúde da Região Autónoma da Madeira (SESARAM, EPERAM), Portugal; <sup>2</sup>Clínica Teresa Rebelo Pinto – Psicologia & Sono, Portugal; <sup>3</sup>CENC – Centro de Medicina & Sono, Lisboa, Portugal; <sup>4</sup>Universidade da Madeira, Portugal; <sup>5</sup>Comprehensive Health Research Center (CHRC), Portugal; <sup>6</sup>Instituto de Saúde Ambiental – Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal

Violence is a worldwide societal burden that negatively impacts individual health, wellbeing and economic development. Knowledge on the biological variables that affect the individual's susceptibility to violent behavior may have implications for criminology, management of detentions and rehabilitation strategies. To review the biological and demographic substrates linking sleep and

violence perpetration, and summarize the overlap of brain areas, functional neuronal systems and genetic features involved, not including violent behaviors during sleep. Original quantitative or qualitative research studies and reviews published in English from January 1990 to September 2020 in the Pubmed/Medline database, with titles or abstracts including the terms “violence” and “sleep”. Studies regarding the following were included: brain areas or neural systems affected by sleep deprivation (SD); brain areas or neural systems involved in violence and in moral decisions; genes and neurotransmitters associated with a risk of violent behaviors or sleep. Evidence suggests a bidirectional relationship between sleep changes and violence. Several genes, brain areas, functional pathways, life events, environmental and living conditions mediate violent behaviors and sleep.

*Keywords:* Aggression, Brain, Behavior, Stress

## **THE IMPACT OF FAMILY VIOLENCE ON EMOTION AND WELL-BEING**

Nnajiego Dorothy Nkiruka (s-dnnajiego@ucp.pt)<sup>1</sup>, Augusta Gaspar<sup>1,2</sup>, & Susana Ramalho<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>CRC-W, Católica Research Centre for Psychological, Family and Social Wellbeing, Portugal; <sup>2</sup>Faculdade de Ciências Humanas da Universidade Católica Portuguesa (FCH – UCP), Portugal

Family violence is a ubiquitous phenomenon with its occurrence in every part of the world, most importantly, its consistency and perpetuity in this modern era have led to an increased public health concern affecting the emotional stability and the overall well-being of individuals within the family unit. The study utilized a systematic literature review that focused on exploring the predictors of family violence, and its impacts on the emotions and well-being of individuals within the family, which also affects the quality of sleep. The study used relevant scientific databases to present predictors of family violence, and how they relate to emotions and well-being within the family context. It is expected that predictors, especially in the toll of emotional instability examined through the lens of psychological traumas and disorders, will be associated with family violence and sleep quality. Highlighting the potential protective factors and resilience mechanisms that individuals may employ in the face of family violence, can offer insights into intervention strategies and support systems that can mitigate the negative consequences, including sleep problems.

*Keywords:* Family violence, Predictors, Emotion, Well-being, Mental health

## **IS SLEEP BRUXISM AN EXPRESSION OF EMOTION REGULATION?**

Sandra Marques (sandra.marques@live.com)<sup>1</sup>, Augusta Gaspar<sup>1,2</sup>, & Francisco Esteves<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>CRC-W, Católica Research Centre for Psychological, Family and Social Wellbeing, Portugal; <sup>2</sup>Faculdade de Ciências Humanas da Universidade Católica Portuguesa (FCH – UCP), Portugal

Sleep disturbances can affect the development and outcomes of affective disorders, increase the experience of negative emotions, reduce the occurrence of positive emotions, and alter the ways in which individuals understand, express, and modify these emotions. Sleep bruxism (SB) is a repetitive masticatory muscle activity with a multifactorial etiology, mainly emotional factors, such as anxiety and stress or interpersonal conflict. Emotion regulation (ER) is the ability to manage emotions and control reactions to adverse external situation, helping individuals manage their feelings and cope with difficult situations. Despite its significant prevalence of SB and negative impact on quality of life, there is no clear cause and no cure for this oral behavior. This communication presents preliminary data about a systematic review focused on the association between SB and ER. Recent research suggest a strong association between (SB) and maladaptive ER. Using current database, the authors used the following keywords: SB + ER; emotion dysregulation, emotion control; affect; rhythmic masticatory muscle activity + ER; emotion dysregulation, emotion control; affect. The confirmation of this relationship will contribute to clarify the etiology of SB and will highlight the

importance of a multidisciplinary approach, including physicians, dentists, psychologists, and social workers, to manage SB.

*Keywords:* Sleep, Sleep bruxism, Rhythmic masticatory muscle activity, Emotion regulation, Emotion dysregulation, Stress, Sleep markers.

## HOW TO IMPROVE SLEEP THROUGH SELF-CONNECTION

Teresa Rebelo Pinto (s-tcrpinto@ucp.pt)<sup>1</sup>, Margarida Gaspar de Matos<sup>1,2</sup>, & Carolina Maruta<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>CRC-W, Católica Research Centre for Psychological, Family and Social Wellbeing, Portugal; <sup>2</sup>Faculdade de Ciências Humanas da Universidade Católica Portuguesa (FCH – UCP), Portugal

Sleep Psychology has been growing as a specialized field, opening room to study in more detail the psychological dimensions that may underlie sleep quality or the tendency to develop sleep problems. Previous research has been focusing mostly on emotions and sleep, showing that people tend to become more reactive, impulsive and emotional dysregulated when sleep is poor. Several personality traits have also been linked to sleep disorders, such as perfectionism and insomnia. This communication presents preliminary data about a systematic review focused on the association between self-connection and sleep quality. Self-Connection is defined as a three-dimensional factor that includes an (1) awareness of oneself, (2) acceptance of oneself based on this awareness, and (3) alignment of one's behavior with this awareness. Using 2 databases, the authors used the following keywords: sleep + self-connection; self-regulation; self-perception; self-engagement; self-involvement; self-awareness; self-acceptance; self-alignment; emotion regulation; sleep disorders; sleep problems; sleep disruption; insomnia. We are expecting that, as it happens with mental health and overall well-being, higher levels of self-connection also predict sleep quality. If this is true, self-connection should be included in therapeutical and preventive sleep interventions, using the acceptance and commitment therapies (ACT) framework.

*Keywords:* Self-connection, Sleep, Sleep psychology, Acceptance, Commitment

## ECOSSISTEMAS DE BEM-ESTAR AO LONGO DA VIDA

**Coordenadora:** Tânia Gaspar<sup>1,2</sup> (tania.gaspar.barra@gmail.com)

<sup>1</sup>Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB), Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa (FMUL), Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Universidade Lusófona/ HEI-Lab: Laboratórios Digitais de Ambientes e Interações Humanas, Lisboa, Portugal.

**Objetivos:** Compreender e caracterizar a relação entre o bem-estar e saúde mental e inúmeros fatores relacionados com o desenvolvimento humano, tais como, um melhor estado de saúde, melhores resultados académicos, relacionamentos interpessoais mais ajustados e mais próximos.

**Relevância:** O bem-estar é um conceito multidimensional que inclui diferentes domínios (i.e. físico, psicológico, social e ambiental), componentes objetivos (e.g. condições físicas, económicas e sociais) e subjetivos (e.g. bem-estar e satisfação com a vida). Este conceito diz respeito à “perceção do indivíduo sobre a sua posição na vida, dentro do contexto dos sistemas de cultura e valores nos quais está inserido e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. A existência de comprometimentos ao nível da saúde física e mental são dois aspetos que podem influenciar diversos domínios da vida dos indivíduos e que são passíveis de se influenciar mutuamente, uma vez que a saúde física pode ter impacto na saúde mental e vice-versa. O ambiente social pode funcionar como um fator protetor relativamente à saúde mental e aos efeitos do stress e constitui-se como elemento promotor de comportamentos e de resultados favoráveis ao longo do ciclo de vida, contribuindo para um desenvolvimento positivo. Deste modo, um ambiente social positivo e de suporte promove a obtenção de resultados positivos (e.g. académicos, comportamentais, psicológicos) e protegem o



indivíduo face aos resultados negativos. A saúde mental é uma base essencial para um funcionamento ajustado, tanto a nível individual como a nível da comunidade.

Sumário: As comunicações que integram o simpósio analisam o bem-estar em diferentes contextos e em diferentes faixas etárias. Permitindo identificar fatores biopsicossociais e ambientais associados ao risco e à proteção de crianças, jovens e adultos.

*Palavras-Chave:* Bem-estar, Saúde mental, Saúde física, Ambiente social.

## **ECOSSISTEMAS ESCOLARES PROMOTORES DO BEM-ESTAR E PARTICIPAÇÃO DOS ALUNOS COM DOENÇA CRÓNICA**

Ana Cerqueira<sup>1,2</sup> (cerqueira.apm@gmail.com), Fábio Botelho Guedes<sup>1,2</sup>, Tania Gaspar<sup>1,3</sup>, Celeste Simões<sup>1,2</sup>, Emanuelle Godeau<sup>4,5</sup>, & Margarida Gaspar de Matos<sup>1,6,7</sup>

<sup>1</sup>Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB), Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa (FMUL), Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Faculdade de Motricidade Humana da Universidade de Lisboa (FMH-UL), Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>Universidade Lusófona/ HEI-Lab: Laboratórios Digitais de Ambientes e Interações Humanas, Lisboa, Portugal; <sup>4</sup>French School of Public Health, EHESP; <sup>5</sup>CERPOP—UMR 1295, Unite Mixte UMR INSERM - Université Toulouse III Paul Sabatier; <sup>6</sup>APPSYci, ISPA – Instituto Universitário; <sup>7</sup>Universidade Católica Portuguesa

A vivência de uma doença crónica (DC) reflete-se em dificuldades acrescidas em relação ao bem-estar, à participação escolar e ao sucesso académico. O presente projeto pretende (1) caracterizar os adolescentes portugueses com DC procurando identificar características/diferenças comparativamente com os seus pares; (2) Explorar as atitudes da população face à DC; (3) Explorar quais os fatores do ambiente escolar que influenciam o bem-estar dos adolescentes com DC. O projeto conta com uma amostra quantitativa de 8215 alunos (808 com DC) e de 7649 alunos (1442 com DC) que participaram no estudo *Health Behaviour in School-aged Children/Organização Mundial de Saúde (HBSC/OMS)* em 2018 e 2022, respetivamente e uma sub-amostra de 207 alunos com DC do 1º ano da Universidade de Lisboa que participaram no Projeto HOUSE-Colégio F3, ULisboa. Conta também com a realização de grupos focais com alunos do 1º ano da universidade, encarregados de educação, professores e profissionais de saúde, recorrendo a uma amostra de conveniência. Os resultados indicam que os adolescentes com DC se constituem como um grupo de maior risco em relação ao bem-estar psicossocial e à participação escolar e deixam um importante contributo no sentido da criação de ambientes escolares cada vez mais promotores do bem-estar e da participação dos alunos com DC.

*Palavras-Chave:* Doença crónica, Participação escolar, Bem-estar, Qualidade de vida, Sucesso académico.

## **AMBIENTE ESCOLAR E FAMILIAR: UMA CONEXÃO QUE MERECE SER MELHORADA**

Fábio Botelho Guedes<sup>1,2</sup> (fabiobotelhoguedes@gmail.com), Ana Cerqueira<sup>1,2</sup>, Tania Gaspar<sup>1,2,3</sup>, Carmen Moreno<sup>4</sup>, Adilson Marques<sup>1,2</sup>, & Margarida Gaspar de Matos<sup>1,5,6</sup>

<sup>1</sup>Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB), Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Faculdade de Motricidade Humana da Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>Universidade Lusófona/HEI-LAB, Lisboa, Portugal; <sup>4</sup>Universidade de Sevilha, Sevilha, Espanha; <sup>5</sup>APPSYci, ISPA, Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>6</sup>Universidade Católica Portuguesa, Lisboa, Portugal.

O envolvimento da família na escola e a relação escola-família são pilares essenciais para o sucesso escolar, o bem-estar e a qualidade de vida dos jovens, no entanto existem algumas barreiras que os podem dificultar. O objetivo deste trabalho é analisar a relação dos jovens com a família e a escola, assim como analisar a interação família-escola e aprofundar as barreiras que impactam a conexão entre a escola e a família, visando a identificação de abordagens para melhorar essa interação. Participaram 8215 adolescentes (52,7% género feminino), do estudo *Health Behaviour in School-*

aged Children (HBSC) 2018 e 7649 adolescentes (53,9% género feminino), enquadrados no HBSC 2022. Numa segunda fase foram incluídos 1143 alunos universitários (58,2% género feminino), do Projeto HOUSE-Colégio F3, ULisboa. Foi também utilizada uma amostra qualitativa de conveniência na realização de grupos focais com alunos, professores e encarregados de educação. Os incentivos e as barreiras à participação dos pais na escola são variáveis com impacto significativo no envolvimento académico, bem-estar e qualidade de vida dos jovens. É fundamental dar início a uma transformação no que diz respeito à relação escola-família, englobando os alunos, as famílias e toda a comunidade escolar, em ações que permitam essas mudanças.

*Palavras-Chave:* Jovens, Qualidade de vida, Ecossistema escolar e familiar, Relação escola-família.

## **DIFERENÇAS DE GÊNERO NO DESENVOLVIMENTO POSITIVO E NOS COMPORTAMENTOS DE RISCO EM UNIVERSITÁRIOS ESPANHÓIS**

Diego Gomez-Baya<sup>1</sup> (diego.gomez@dpee.uhu.es), António David Martin-Barrado<sup>1</sup>, Maria Muñoz-Parralo<sup>1</sup>, Myunghoon Roh<sup>2</sup>, Francisco José Garcia-Moro<sup>1</sup>, & Ramon Mendoza-Berjano<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Departamento de Psicologia Social, do Desenvolvimento e Educacional, Universidad de Huelva, Huelva, Espanha; <sup>2</sup>Departamento de Justiça Criminal e Criminologia, Salve Regina University, Newport, Estados Unidos da América.

O Desenvolvimento Positivo da Juventude (DPJ) surgiu como uma perspectiva holística e baseada em pontos fortes que se concentra no fato de que os jovens podem ter os recursos internos e externos para um desenvolvimento saudável através de cinco dimensões (5Cs): Competência Percebida, Confiança, Caráter, Conexão e Compaixão. O objetivo deste estudo foi examinar a relação entre o fator DPJ global e as 5Cs e os comportamentos de risco, além de analisar as diferenças de género. Este estudo apresentou os resultados de um estudo transversal realizado com 1,044 adultos emergentes de 11 universidades espanholas em 2021. Os resultados mostraram que os homens apresentavam mais comportamentos de risco do que as mulheres. Um modelo de mediação parcial apontou que o inferior caráter e a maior competência percebida nos homens explicaram parcialmente a maior presença de comportamentos de risco, em comparação com as mulheres. Estes resultados sublinham a necessidade de promover o DPJ no contexto universitário para prevenir comportamentos de risco, abordando as diferenças de género e o papel separado das 5Cs.

*Palavras-Chave:* Juventude, DPJ, Género, Transversal, Comportamentos de risco.

## **FUNÇÕES EXECUTIVAS E ESTILO DE VIDA NOS IDOSOS: ESTUDO NUMA AMOSTRA PORTUGUESA**

Marta Raimundo<sup>1,2,3</sup> (martaraimundo2009@hotmail.com), Ana Cerqueira<sup>1,2</sup>, Túlia Cabrita<sup>3</sup>, & Tânia Gaspar<sup>1,2,4</sup>

<sup>1</sup>Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB), Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa (FMUL), Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Aventura Social – Associação, Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>Centro Lusíada de Investigação e Serviço Social (CLISSIS), Universidade Lusíada de Lisboa (ULL), Lisboa, Portugal; <sup>4</sup>HEI-Lab: Laboratórios Digitais de Ambientes e Interações Humanas, Universidade Lusófona, Lisboa, Portugal.

A cognição é uma das áreas que, com o avançar da idade, enfrenta uma deterioração de diversas funções. Existem funções cognitivas que são mais vulneráveis do que outras, como é o caso das funções executivas. Estas consistem num conjunto de processos cognitivos envolvidos no planeamento, iniciação, seguimento e monitorização de comportamentos complexos dirigidos a um fim, sendo fundamentais para o dia-a-dia dos indivíduos. Este estudo pretendeu compreender e caracterizar as funções executivas e o estilo de vida no processo de envelhecimento de uma amostra portuguesa. Foram realizadas 276 entrevistas semiestruturadas (205 do género feminino; idades entre os 55 e os 99 anos,  $M = 75,28$ ,  $DP = 10,36$ ). Os resultados indicaram que uma idade mais avançada e um baixo nível de escolaridade se encontra associado a um menor desempenho das funções

executivas, enquanto estar num relacionamento amoroso se encontra associado a um melhor desempenho. As mulheres e os indivíduos num relacionamento amoroso apresentam um estilo de vida mais saudável e os indivíduos com baixo nível de escolaridade apresentam um estilo de vida menos saudável. Estes resultados têm importantes implicações em termos de políticas públicas, sendo fundamental proporcionar um ambiente promotor de um estilo de vida saudável no sentido de promover/manter um bom desempenho cognitivo.

*Palavra-Chave:* Envelhecimento cognitivo, Funções executivas, Estilo de vida, Envelhecimento, Idosos.

## **TECNOLOGIAS DIGITAIS E SAÚDE EM PORTUGAL: UM CONTRIBUTO A PARTIR DE DADOS DO EUROPEAN SOCIAL SURVEY**

**Coordenadora:** Cristina Camilo<sup>1</sup> (cristina\_camilo@iscte-iul.pt)

<sup>1</sup>Instituto Universitário de Lisboa ISCTE-IUL, Centro de Investigação e Intervenção Social, Lisboa, Portugal.

**Objetivo:** Apresentar e discutir os dados referentes às perceções, atitudes e comportamentos no que respeita à saúde digital, recolhidos no âmbito do Estudo de Opinião em Portugal em articulação com *European Social Survey*.

**Relevância:** Atualmente, os sistemas de saúde estão a sofrer uma grande transformação, impulsionada pela evolução tecnológica e digital. Esta transformação, associada à disponibilização de novas ferramentas de cuidado e a transição de serviços para o espaço virtual, é vista como potenciadora de práticas de saúde mais rápidas e eficientes e mais próximas do cidadão. No entanto, a mesma pode contribuir para o agravamento de desigualdades sociais, caso não sejam respeitados os princípios de inclusividade e responsabilidade social, ou acomodadas as diferentes expectativas e capacidades dos cidadãos. Assim, para encorajar uma adoção mais alargada de soluções digitais na saúde, que permita a criação das condições para melhoria da qualidade de cuidados através da disponibilização de ferramentas e serviços mais integrados, participativos e personalizados, torna-se relevante conhecer as posições dos portugueses face às tecnologias digitais na saúde, perceber os determinantes psicológicos subjacentes a estas posições e identificar variáveis sociais relevantes que se associam às mesmas. As três comunicações apresentadas neste simpósio incidem sobre estas questões.

**Sumário:** A primeira comunicação centra-se nos padrões de utilização das tecnologias digitais na área de saúde, explorando a sua associação com as variáveis sociodemográficas. Na segunda comunicação, examina-se a relação entre a idade e a intenção de adotar tecnologias digitais de saúde, considerando-se o papel mediador de perceção de autoeficácia e atitudes em relação a tecnologias digitais de saúde. A terceira comunicação procura explicar de que forma os valores abertura à mudança e autotranscendência determinam os comportamentos de saúde mediados por tecnologias digitais. Na introdução a estas três comunicações, apresentar-se-á o modelo de saúde digital concebido pela equipa de investigação do Iscte-IUL.

*Palavras-Chave:* Tecnologias digitais na saúde, Desigualdades na saúde, Envelhecimento.

## **PADRÕES DE UTILIZAÇÃO DE TECNOLOGIAS DIGITAIS EM SAÚDE: UM ESTUDO DESCRITIVO**

Elzbieta Bobrowicz-Campos<sup>1</sup> (Elzbieta.Campos@iscte-iul.pt), Cristina Camilo<sup>1</sup>, Ricardo Borges Rodrigues<sup>1</sup>, Luísa Lima<sup>1</sup>, Rita Espanha<sup>2</sup>, & Henrique Martins<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Instituto Universitário de Lisboa ISCTE-IUL, CIS, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Instituto Universitário de Lisboa ISCTE-IUL, CIES, Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>Instituto Universitário de Lisboa ISCTE-IUL, BRU, Lisboa, Portugal.

As tecnologias digitais de saúde (TDS) trazem múltiplos benefícios para utentes e profissionais, existindo, em Portugal, uma oferta diversificada de ferramentas e serviços que recorrem à utilização das mesmas. Para perceber se esta oferta é acessível para todos e se acomoda as necessidades de pessoas com diferentes níveis de adoção tecnológica, é necessário mapear os padrões de utilização das TDS existentes e relaciona-los com indicadores de saúde e de utilização de Internet. O presente estudo pretende dar resposta a esta necessidade, analisando descritivamente os dados referentes à marcação e realização de consulta online, utilização de receita eletrónica e consulta do site da Direção-Geral da Saúde, recolhidos numa amostra de 385 pessoas. Os resultados demonstram que a utilização de serviços online é ainda pouco expressiva, registando-se diferenças significativas nos padrões de consulta do site da Direção-Geral da Saúde em pessoas de diferentes sexos, idades e escolaridades, e nos padrões de utilização de receita eletrónica em pessoas de diferentes idades. Indicam também que a utilização dos serviços online não depende dos indicadores de saúde e de utilização de internet. Face ao exposto, conclui-se que a utilização de TDS é ainda pouco difundida, o que limita o acesso aos benefícios dela decorrentes.

*Palavras-Chave:* Transformação digital, Tecnologias digitais da saúde, Padrões de utilização, Desigualdades na saúde, Estudo descritivo.

## **ATITUDES E AUTOEFICÁCIA: OS DETERMINANTES DA ADOÇÃO DE TECNOLOGIAS DE SAÚDE POR ADULTOS MAIS VELHOS**

Cristina Camilo<sup>1</sup> (cristina\_camilo@iscte-iul.pt), Elzbieta Bobrowicz-Campos<sup>1</sup>, Luísa Lima<sup>1</sup>, Ricardo Borges Rodrigues<sup>1</sup>, Rita Espanha<sup>2</sup>, & Henrique Martins<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Instituto Universitário de Lisboa ISCTE-IUL, CIS, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Instituto Universitário de Lisboa ISCTE-IUL, CIES, Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>Instituto Universitário de Lisboa ISCTE-IUL, BRU, Lisboa, Portugal.

A adoção de Tecnologias Digitais de Saúde (TDS) tornou-se um elemento essencial no quotidiano das pessoas, proporcionando acesso facilitado aos cuidados de saúde. Embora ofereçam vantagens para toda a sociedade, os adultos mais velhos podem colher benefícios substanciais destas tecnologias, com a possibilidade de uma gestão dos cuidados de saúde mais ativa e segura. No entanto, esta população enfrenta desafios significativos ao adotar estas ferramentas. Baseado na literatura sobre a aceitação de tecnologia entre adultos mais velhos, este estudo investiga a relação entre a idade e a intenção de adotar TDS, com as atitudes face às TDS e a autoeficácia como possíveis mediadores. Participaram 396 adultos com idades entre 18 e 87 anos ( $M = 46$ ;  $DP = 15$ ), inquiridos no âmbito do Estudo de Opinião em Portugal. Os resultados revelaram uma relação negativa entre a idade e a intenção de utilizar TDS, surpreendentemente não mediada pela atitude, desafiando a suposição de que a população mais idosa avalia as TDS de forma negativa. Contudo, esta relação é mediada pelo nível de autoeficácia, mais baixo entre os idosos. O estudo explora as possíveis causas e consequências dessa relação, contribuindo para uma compreensão mais profunda da adoção de tecnologias digitais de saúde pela população idosa.

*Palavras-Chave:* Tecnologias digitais na saúde, Envelhecimento, Atitudes, Autoeficácia.

## **O VALOR DOS VALORES NA UTILIZAÇÃO DAS TECNOLOGIAS DIGITAIS EM SAÚDE**

Ricardo Rodrigues<sup>1</sup> (ricardo.rodrigues@iscte-iul.pt), Elzbieta Bobrowicz-Campos<sup>1</sup>, Cristina Camilo<sup>1</sup>, Luísa Lima<sup>1</sup>, Rita Espanha<sup>2</sup>, & Henrique Martins<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Instituto Universitário de Lisboa ISCTE-IUL, CIS, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Instituto Universitário de Lisboa ISCTE-IUL, CIES, Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>Instituto Universitário de Lisboa ISCTE-IUL, BRU, Lisboa, Portugal.

A implementação de Tecnologias Digitais em Saúde (TDS) regista uma expansão em vários países, estimulada pela perspectiva de ganhos de acessibilidade e equidade, mas também de eficiência na prestação dos cuidados de saúde. Contudo, o grau de adoção das TDS pelas pessoas varia consideravelmente, sendo necessário mapear os seus determinantes. No quadro dos fatores psicossociais, os valores têm um papel importante na explicação dos comportamentos dos indivíduos. Com recurso a um desenho correlacional, o presente estudo avalia o papel dos valores *abertura à mudança* (vs. *conservação*) e *autotranscendência* (vs. *autopromoção*) nos Comportamentos de Saúde Mediados por Tecnologias Digitais (CSMTD). Os valores foram conceptualizados a partir da Teoria dos Valores Humanos Básicos de Schwartz (1992), e considerou-se, ainda, o papel mediador da perceção de autoeficácia e moderador da idade. Participaram no estudo 396 indivíduos adultos (18-87 anos;  $M = 46$ ;  $DP = 15$ ) a residir em Portugal. Os resultados revelam que a autoeficácia é um preditor importante dos CSMTD e que os valores de abertura à mudança (vs. conservação) e autotranscendência (vs. autopromoção) têm um contributo relevante, que depende da idade dos participantes. Os resultados são discutidos no quadro do papel dos valores na mudança social e na comunicação associada à promoção das TDS.

*Palavras-Chave:* Tecnologias digitais na saúde, Valores, Autoeficácia, Idade, Teoria dos valores humanos básicos.

## **VINCULAÇÃO E DINÂMICAS FAMILIARES AO LONGO DA VIDA E EM DIFERENTES CIRCUNSTÂNCIAS**

**Coordenador:** Miguel Barbosa (miguel.mgb@gmail.com)

Centro de Investigação em Ciência Psicológica (CICPSI), Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, Portugal; Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB-FMUL). Faculdade de Medicina. Universidade de Lisboa. Lisboa. Portugal.

**Objetivos:** Este simpósio tem como objetivo apresentar e discutir os resultados de cinco estudos que avaliaram a vinculação em diferentes idades e em diferentes contextos procurando perceber-se a sua relação nas trajetórias (des)adaptativas.

**Relevância:** A qualidade da vinculação na primeira infância desempenha um papel crucial na adaptação escolar posterior e na saúde mental das crianças, estabelecendo as bases para relacionamentos saudáveis e bem-estar emocional ao longo da vida. Contudo, determinadas condições biológicas, como a prematuridade, e circunstâncias sociais, como a pandemia de COVID-19, têm o potencial de alterar as dinâmicas familiares expectáveis ou estabelecidas e podem exercer influência sobre o processo de vinculação, destacando a importância de adaptação e apoio durante esses períodos desafiadores. Perceber o papel da vinculação nas trajetórias de desenvolvimento é fundamental para compreender a forma como as dinâmicas relacionais moldam a personalidade, a resiliência e o bem-estar ao longo da vida. A vinculação segura não promove apenas indivíduos mais saudáveis e participativos, mas também reduz a sobrecarga nos recursos de saúde, contribuindo para a sustentabilidade do sistema de saúde.

**Sumário:** A primeira comunicação investiga as associações entre os padrões de autorregulação e a qualidade da vinculação ao longo do primeiro ano de vida em bebés nascidos de termo e de moderado pré-termo. A segunda e a terceira comunicação abordam o impacto da vinculação no ajustamento escolar e na saúde mental de crianças e jovens. A quarta comunicação debruça-se sobre o impacto do primeiro confinamento da pandemia de COVID-19 nas dinâmicas familiares. E a última comunicação aborda a relação entre a vinculação e os comportamentos relacionados com as alterações climáticas. O conjunto destes estudos oferece uma visão abrangente sobre o papel fundamental que a vinculação desempenha na saúde e fornece pistas para intervenções eficazes de promoção da vinculação segura, beneficiando o desenvolvimento emocional e o bem-estar de indivíduos ao longo da vida.

*Palavras-Chave:* Vinculação, COVID-19, Alterações climáticas, Bem-estar.

## **AUTORREGULAÇÃO E VINCULAÇÃO EM BEBÉS NASCIDOS TERMO E DE MODERADO PRÉ-TERMO**

Marina Fuertes<sup>1,2</sup> (marinaf@eselx.ipl.pt), Rita Almeida<sup>3</sup>, Joana Gonçalves<sup>1,4,5,6</sup>, & Miguel Barbosa<sup>3,7</sup>

<sup>1</sup>Centro de Psicologia, Universidade do Porto, Portugal; <sup>2</sup>Escola Superior de Educação de Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>Centro de Investigação em Ciência Psicológica (CICPSI), Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, Portugal; <sup>4</sup>Centro de Investigação em Psicologia para o Desenvolvimento Positivo (CIPD), Universidade Lusíada, Lisboa, Portugal; <sup>5</sup>inED - Centro de Investigação e Inovação em Educação, Escola Superior de Educação, Instituto Politécnico do Porto, Porto, Portugal; <sup>6</sup>Universidade da Maia-UMAIA, Departamento de Ciências Sociais e do Comportamento, Maia, Portugal; <sup>7</sup>Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB-FMUL), Faculdade de Medicina, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal.

Os bebés nascidos prematuramente (< 37 semanas de gestação) têm maior risco de apresentar dificuldades regulatórias e vinculação insegura. Embora estas variáveis sejam críticas no desenvolvimento socioemocional, a sua associação tem sido pouco estudada em bebés de pré-termo. Para o efeito, reunimos uma amostra portuguesa de 202 díades mãe-bebé. Especificamente, comparámos os padrões de autorregulação de 74 bebés nascidos de moderado pré-termo (MPT; 32-36 semanas de gestação) com 128 bebés nascidos a termo (37-42 semanas de gestação) e avaliámos as associações entre os padrões de autorregulação e a qualidade da vinculação. Os padrões de autorregulação foram observados no paradigma Face-to-Face-Still-Face aos 3 meses, e a qualidade da vinculação foi avaliada na Situação Estranha aos 12 meses (idade corrigida). Nas duas amostras, o padrão de regulação Socialmente-Positivo estava associado à vinculação segura; o padrão Angustiado-Inconsolável à vinculação insegura-ambivalente e o padrão Orientado para o Autoconforto à vinculação insegura-avoidante. No entanto, em comparação com os bebés a termo, os bebés MLP tinham maior probabilidade de apresentar um padrão de regulação Orientado para o Autoconforto e vinculação insegura-avoidante. Estes resultados reforçam a fragilidade das relações pais-bebé de pré-termo e a necessidade de promover programas preventivos junto desta população desde o nascimento.

*Palavras-Chave:* Prematuridade, Padrões de autoregulação, Vinculação, Face-to-face still-face, Situação estranha.

## **ASSOCIAÇÃO ENTRE A VINCULAÇÃO E O AJUSTAMENTO ESCOLAR DE CRIANÇAS E JOVENS**

António Francisco Amorim<sup>1</sup> (afrancisco.amorim@gmail.com), Ana Melo<sup>1</sup>, & Miguel Barbosa<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Faculdade de Medicina, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal.

Uma vinculação segura associa-se ao desenvolvimento de competências intelectuais e à sensação de bem-estar escolar. Contudo, mais estudos necessitam de versar o impacto da vinculação noutras dimensões do ajustamento escolar. O objetivo deste estudo foi avaliar a associação entre a vinculação e o ajustamento escolar de alunos portugueses entre os 10 e os 17 anos. Neste estudo transversal, foram aplicados a 161 alunos (39,1% rapazes) os instrumentos Pessoas na Minha Vida e Instrumento de Ajustamento Escolar. As Pontuações Globais de Vinculação correlacionaram-se positivamente com as Pontuações de Ajustamento Escolar. A classificação média correlacionou-se positivamente com as Pontuações Globais de Vinculação e Ajustamento Escolar. A perceção de sucesso académico correlacionou-se positivamente com a Pontuação Global de Vinculação, a Pontuação de Ajustamento Escolar Cognitivo e o grau de educação parental. As dimensões da Confiança e Comunicação correlacionaram-se positivamente com o Controlo e Relevância do Trabalho Escolar, a Relação Professor-Aluno e o Suporte da Família e dos Pares para a Aprendizagem. A motivação extrínseca associou-se negativamente com a segurança da vinculação. Uma vinculação segura pareceu potenciar o bem-estar psicológico na escola em múltiplas dimensões.

*Palavras-Chave:* Adolescentes, Ajustamento escolar, Crianças, Vinculação.

# **A ASSOCIAÇÃO ENTRE A VINCULAÇÃO E A SAÚDE MENTAL EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES**

Ana Melo<sup>1</sup> (anaimelo@campus.ul.pt), António Francisco Amorim<sup>1</sup>, Miguel Barbosa<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Faculdade de Medicina, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal.

A vinculação segura está associada a melhores resultados para as crianças em todos os domínios de funcionamento. Poucos estudos examinaram a relação entre a vinculação aos cuidadores primários e pares e o impacto que os mesmos têm na saúde mental de crianças e jovens dos 10 aos 16 anos. Este estudo teve como objetivo avaliar a relação entre a vinculação e a saúde mental de crianças e jovens. Um total de 161 crianças e jovens entre os 10 e os 16 anos preencheram o People in My Life (PIML) Questionnaire e Youth Self- Report (YSR-SF). Verificou-se uma correlação entre a vinculação e a saúde mental das crianças e adolescentes. Uma maior confiança e qualidade da comunicação com os pais está associada a menos problemas de internalização ansiosos e depressivos, e de externalização destrutivos e exibicionistas. Existe uma relação entre a vinculação e a saúde mental das crianças e adolescentes. A vinculação à figura materna tem um papel central na saúde mental futura, verificando-se que o padrão de vinculação segura está associado a melhores resultados em saúde mental. A maior confiança e qualidade da comunicação com os pais conduz a uma menor frequência quer de problemas de internalização como de externalização.

*Palavras-Chave:* Vinculação, Saúde mental, Crianças, Adolescentes, Problemas de internalização, Problemas de externalização.

## **O IMPACTO DA PANDEMIA DE COVID-19 NAS FAMÍLIAS: UM ESTUDO TRANSVERSAL NO PRIMEIRO CONFINAMENTO**

Miguel Barbosa<sup>1,2</sup> (miguel.barbosa@psicologia.ulisboa.pt) & Ricardo Santos<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB-FMUL), Faculdade de Medicina, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Centro de Investigação em Ciência Psicológica (CICPSI), Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, Portugal.

O confinamento geral devido à pandemia de Covid-19 teve um impacto profundo nas dinâmicas famílias. Muitas famílias passaram a partilhar um espaço restrito por longos períodos, o que intensificou as dinâmicas familiares. Algumas enfrentaram conflitos e tensões familiares, enquanto outras fortaleceram as relações familiares. Este estudo teve como objetivo avaliar o impacto da pandemia de COVID-19 nas famílias portuguesas durante o primeiro período de confinamento. Um total de 265 participantes com filhos com idade igual ou inferior a 21 anos a viver na mesma casa durante o primeiro confinamento preencheram um questionário online sobre preocupações relacionadas com a pandemia Covid-19 e o impacto do confinamento nas dinâmicas familiares. Cerca de 35% dos participantes relataram que os seus animais de companhia representaram um apoio extremamente importante para lidar com a situação. Cerca de 40% dos pais indicaram que a pandemia teve um impacto positivo ou extremamente positivo na sua relação com o parceiro e 63% dos pais experimentaram uma melhoria na relação com os seus filhos durante o confinamento. A pandemia de COVID-19 teve um impacto variado nas famílias, com efeitos positivos notáveis, como o fortalecimento das relações familiares e conjugais. Além disso, a presença de animais de estimação desempenhou um papel significativo como fonte de apoio emocional durante tempos de crise.

*Palavras-Chave:* Confinamento, Pandemia, Famílias, Impacto, COVID-19.

## **ALTERAÇÕES CLIMÁTICAS, SUSTENTABILIDADE E VINCULAÇÃO**

Ricardo Santos<sup>1</sup> (ricardoreis@medicina.ulisboa.pt) & Miguel Barbosa<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB), Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Centro de Investigação em Ciência Psicológica (CICPSI), Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, Portugal.

As alterações climáticas têm vindo a ganhar visibilidade por via dos seus efeitos. Cheias, secas, ondas de calor, vagas de frio, eventos meteorológicos extremos, entre outros, a par de uma degradação acelerada dos ecossistemas e dos recursos naturais, ocupam hoje o centro das preocupações globais, em particular das gerações mais jovens, que se mostram cada vez mais ansiosas com o futuro do Planeta, porque do seu. Este estudo teve como objetivo rever a literatura científica sobre uma possível associação entre estilos de vinculação e comportamentos relacionados com as alterações climáticas e a sustentabilidade. Procedeu-se a uma revisão narrativa da literatura, utilizando para o efeito as plataformas PubMed e Web of Science. O estilo de vinculação segura surge associado a um aumento da aceitação das alterações climáticas como tendo uma causa antropogénica, bem como um aumento da perceção de responsabilidade, traduzindo-se numa maior ativação comportamental. Observa-se ainda uma associação entre o estilo de vinculação segura e comportamentos de consumo sustentável, mas não no caso da vinculação insegura-ambivalente e insegura-evitante. As medidas de mitigação das alterações climáticas e de desenvolvimento sustentável dependem fortemente da mudança comportamental. Os estilos de vinculação podem funcionar como preditores de comportamento de mitigação das alterações climáticas e de consumo sustentável, informando assim estratégias de comunicação e de intervenção que possam ser mais efetivas e eficazes nos seus propósitos.

*Palavras-Chave:* Alterações climáticas, Sustentabilidade, Vinculação.

## **A SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES DE MEDICINA DE ESCOLAS MÉDICAS PORTUGUESAS**

**Coordenador:** Miguel Barbosa<sup>1,2</sup> (miguel.mgb@gmail.com)

<sup>1</sup>Faculdade de Medicina, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal.

**Objetivo:** Este simpósio tem como objetivo apresentar e discutir os resultados de cinco estudos que avaliaram a saúde mental de estudantes de medicina inscritos em Escolas Médicas portuguesas.

**Relevância:** A saúde mental dos estudantes de medicina é essencial não apenas para o seu bem-estar pessoal, mas também para a qualidade do cuidado que futuramente oferecerão aos pacientes, tornando-a uma prioridade na formação médica. Fatores como o elevado volume de estudos, pressão com o desempenho académico, carga emocional da prática clínica e o estigma associado à procura de ajuda contribuem significativamente para a deterioração da saúde mental dos estudantes de medicina. Conhecer a realidade da saúde mental em estudantes de medicina é crucial para implementar medidas preventivas e de apoio, garantindo que esses futuros profissionais possam cuidar de si mesmos enquanto cuidam de outros. Nesse sentido, a saúde mental dos estudantes de medicina desempenha um papel fundamental na sustentabilidade do sistema de saúde, pois estudantes saudáveis mentalmente estão mais bem preparados para prestar cuidados de elevada qualidade, serem mais eficientes e contribuir para um sistema de saúde resiliente.

**Sumário:** A primeira comunicação destaca a importância dos estilos de vida na saúde mental dos estudantes. A segunda comunicação apresenta a evolução dos níveis de burnout dos estudantes ao longo do primeiro semestre. A terceira comunicação discute o impacto da pandemia Covid-19 na experiência académica e saúde mental dos estudantes. A quarta comunicação aborda as dimensões do perfeccionismo e dos sintomas obsessivo-compulsivos em estudantes de medicina. E a última comunicação discute o uso de enhancers cognitivos farmacológicos e não farmacológicos em estudantes de medicina enquanto problema de saúde pública. O conjunto destes estudos oferece uma visão abrangente da saúde mental dos estudantes de medicina em Portugal, fornecendo pistas para a importância da deteção precoce de problemas de saúde mental e a implementação de estratégias preventivas nas faculdades de medicina.

*Palavras-Chave:* Saúde mental, Estudantes de medicina, Estilos de vida, Burnout, Covid-19.



## **ESTILOS DE VIDA E SAÚDE MENTAL DE ESTUDANTES DE MEDICINA PORTUGUESES**

Miguel Barbosa<sup>1,2</sup> (miguel.barbosa@psicologia.ulisboa.pt), Mafalda Florenciano<sup>3</sup>, Maria Viegas<sup>4</sup>, Marco Morais<sup>3</sup>, & Vasco Lobo<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB-FMUL), Faculdade de Medicina, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Centro de Investigação em Ciência Psicológica (CICPSI), Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>Centro Hospitalar Universitário de Lisboa Norte, Lisboa, Portugal; <sup>4</sup>Hospital Garcia de Orta, Almada, Portugal; <sup>5</sup>Centro Hospitalar Universitário de Lisboa Central, Lisboa, Portugal.

A compreensão dos estilos de vida e saúde mental dos estudantes de medicina é essencial para promover uma formação académica saudável. Este estudo teve como objetivo avaliar a evolução da saúde mental durante o primeiro semestre do curso de medicina e identificar os fatores de estilo de vida e sociais que poderiam explicar essas mudanças. Estudantes de medicina preencheram o Inventário de Saúde Mental-5, a Escala de Satisfação com o Apoio Social, o Questionário sobre Estigma e Comportamento de Procura de Ajuda Profissional e perguntas sobre desempenho académico e estilo de vida no início, meio e final do primeiro semestre. A saúde mental da amostra emparelhada ( $n = 108$ ) foi 20,58 no início do semestre (M1), diminuindo para 17,66 a meio do semestre (M2) e para 17,22 no final do semestre (M3). Na amostra não emparelhada no M3 verificou-se uma melhor saúde mental em estudantes do sexo masculino e uma associação positiva entre a saúde mental e a perceção de apoio social, manutenção de hábitos alimentares, sono equilibrado e envolvimento em atividades extracurriculares. A saúde mental decresceu ao longo do semestre. Os principais preditores da saúde mental foram a perceção de apoio social e os hábitos alimentares e de sono, envolvimento em atividades extracurriculares semanais e ser do sexo masculino.

*Palavras-Chave:* Saúde mental, Estudantes de medicina, Estilo de vida, Determinantes sociais, Estigma

## **O BURNOUT AO LONGO DE UM SEMESTRE DO CURSO DE MEDICINA**

Gentil Martins<sup>1</sup> (mariagentilviegas@gmail.com), Lobo<sup>2</sup>, Florenciano<sup>3</sup>, Morais<sup>3</sup>, & Miguel Barbosa<sup>4,5</sup>

<sup>1</sup>Hospital Garcia de Orta, Av. Torrado da Silva, 2805-267, Almada, Portugal; <sup>2</sup>Centro Hospitalar Universitário de Lisboa Central, Rua José António Serrano, 1150-199 Lisboa; <sup>3</sup>Centro Hospitalar Universitário de Lisboa Norte, Av. Prof. Egas Moniz MB, 1649-028 Lisboa, Portugal; <sup>4</sup>CICPSI, Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>5</sup>Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB-FMUL), Faculdade de Medicina, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal.

O burnout reflete-se negativamente no desempenho académico e saúde mental dos estudantes de medicina. Poucos estudos investigaram as suas variações ao longo de um semestre. Este estudo teve como objetivo avaliar os níveis de burnout durante o primeiro semestre e identificar variáveis que contribuem para as variações. Estudantes de medicina preencheram o do Inventário de Burnout de Maslach, Escala de Satisfação com o Apoio Social e um conjunto de questões sobre o desempenho académico e estilos de vida em três fases ao longo do primeiro semestre. Dos 108 participantes que responderam em todas as fases, a prevalência de burnout aumentou de 28,2% na primeira fase para 34% na segunda fase e 39,5% na terceira fase. Na amostra não emparelhada ( $n = 332$ ; terceira fase) verificaram-se correlações negativas entre o burnout e o desempenho académico, apoio social, atividade física, qualidade do sono e hábitos alimentares autopercebidos como saudáveis; e correlações positivas entre o burnout e a perceção de estigma em relação à saúde mental e consumo de calmantes. O burnout é altamente prevalente entre estudantes de medicina, aumentando ao longo do semestre. É essencial que as escolas médicas implementem estratégias preventivas e ofereçam apoio adequado à saúde mental.

*Palavras-Chave:* Estudantes de medicina, Burnout, Saúde mental, Fatores de risco, Prevenção.

# SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES DE MEDICINA DURANTE A PANDEMIA COVID-19

Mariana Medeiros Neves<sup>1</sup> (mvneves@chlo.min-saude.pt) & Miguel Barbosa<sup>2,3</sup>

<sup>1</sup>Centro Hospitalar de Lisboa Ocidental, Alumni da Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Centro de Investigação em Ciência Psicológica (CICPSI), Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB-FMUL), Faculdade de Medicina, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal.

A pandemia COVID-19 teve impacto negativo no bem-estar e na saúde mental dos estudantes de medicina. Com a pandemia e consequente isolamento inerente às medidas de distanciamento surgiram sintomas psicopatológicos. Com este estudo pretende-se avaliar em que medida estes factores podem ter contribuído para desencadear ou agravar ansiedade e *burnout* nos alunos de Medicina. Estudo transversal realizado através da aplicação de um questionário *online* aos alunos do 1º ao 6º ano da Faculdade de Medicina Universidade de Lisboa em 2020, que incluiu o *Coronavirus Anxiety Scale* (CAS) e o *Oldenburg Burnout Inventory* (OLBI). Responderam 185 estudantes. A prevalência de ansiedade disfuncional foi de 12,4%. Os estudantes do género feminino apresentaram scores de *burnout* na dimensão *Disengagement* (desmotivação), superiores aos do género masculino. A interrupção das rotinas relacionou-se com níveis mais elevados de *burnout*. A pandemia de Covid-19 teve um impacto significativo nos níveis de ansiedade e *burnout* entre os estudantes de medicina, destacando a importância de medidas preventivas e de apoio à saúde mental desses futuros profissionais de saúde. É fundamental que as instituições médicas reconheçam essa realidade e trabalhem ativamente para mitigar os efeitos negativos dessa crise na formação e bem-estar de seus alunos.

*Palavras-Chave:* Burnout, Estudantes de medicina, Pandemia covid-19.

## «A ASPIRAÇÃO PELA EXCELÊNCIA»: PERFECCIONISMO E SINTOMAS OBSESSIVO-COMPULSIVOS EM ESTUDANTES DE MEDICINA

Diogo José Freitas Santos<sup>1</sup> (diogojsantos@campus.ul.pt), João Rema<sup>2</sup>, & Miguel Barbosa<sup>2,3</sup>

<sup>1</sup>Centro Hospitalar Barreiro Montijo, E.P.E, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal.

O traço de personalidade perfeccionista é frequentemente encontrado em estudantes de Medicina e este grupo tem uma maior predisposição ao desenvolvimento de sintomas obsessivo-compulsivos. Este estudo teve como objetivo avaliar a relação entre perfeccionismo e sintomas obsessivo-compulsivos em estudantes de medicina. Um total de 507 participantes preencheram um questionário online com dados académico e de saúde mental e as escalas de autoadministração Inventário Obsessivo-Compulsivo-Revisto (OCI-R) e das Escalas Multidimensionais de Perfeccionismo. A prevalência de sintomas obsessivo-compulsivos foi de 50,1%. A presença e a gravidade dos sintomas nos vários domínios associaram-se a comorbilidades psicopatológicas e a variáveis académicas que refletem distress psicológico. A prevalência estimada do traço de personalidade perfeccionismo foi de 69,6%, verificando-se que 87,8% dos alunos com sintomas obsessivo-compulsivos são perfeccionistas. A componente maladaptativa do perfeccionismo associou-se a medidas de distress psicológico e psicopatológicas. Ambos os componentes do perfeccionismo foram preditores significativos de uma maior gravidade global e nos vários fenótipos sintomatológicos obsessivo-compulsivos. A sintomatologia obsessivo-compulsiva é mais frequentes entre os estudantes de Medicina do que na população em geral. Sugere-se a mobilização de recursos na sensibilização da comunidade educativa para a perturbação obsessivo-compulsiva, facilitando o diagnóstico e a intervenção precoce, sobretudo nos alunos dos primeiros anos curriculares.

*Palavras-Chave:* Saúde mental, Estudantes de medicina, Perfeccionismo, Sintomas obsessivo-compulsivos, Perturbação obsessivo-compulsiva.

## **O USO DE *ENHANCERS* COGNITIVOS FARMACOLÓGICOS E NÃO FARMACOLÓGICOS EM ESTUDANTES DE MEDICINA**

Joana Maria Soares<sup>1</sup> (joana.cruz.soares@gmail.com), & Miguel Barbosa<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Universidade de Lisboa, Faculdade de Medicina, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>CICPSI, Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal.

O uso de *enhancement* cognitivo tem aumentado ao longo dos anos em estudantes universitários. Este estudo tem como objetivos avaliar o tipo e a frequência de uso de *enhancers* cognitivos por estudantes de medicina, as funções cognitivas que os participantes desejam melhorar e em que contextos os *enhancers* são usados. Um total de 443 estudantes de medicina preencheram um questionário online sobre a frequência do uso de *enhancers* cognitivos, as funções que esperam melhorar e o contexto no qual os usavam. Os participantes do sexo feminino usam mais frequentemente produtos naturais, alimentos específicos e suplementos alimentares e os participantes do sexo masculino usam mais frequentemente atividade física e bebidas energéticas. A capacidade mais frequentemente melhorada foi a atenção, seguida pela memória. Durante os períodos mais exigentes de trabalhos ou estudo, 21,1% dos participantes usaram sempre estratégias de *enhancement* cognitivo, enquanto 24,6% usaram-nos às vezes e 22,5% nunca os usaram. O uso de estratégias de *enhancement* é baixo e, quando usado, é predominantemente não farmacológico. O consumo de cafeína é uma das estratégias usadas mais frequentemente. O consumo de fármacos sujeitos a receita médica com o objetivo de *enhancement* cognitivo é muito baixo.

*Palavras-Chave:* *Enhancement* cognitivo farmacológico, *Enhancement* cognitivo não farmacológico, Estudantes de medicina, Performance cognitiva, Uso de substâncias.

## **REABILITAÇÃO COGNITIVA ONCOLÓGICA: DA ACEITABILIDADE, BARREIRAS E FACILITADORES, ÀS PROPOSTAS DE INTERVENÇÃO**

**Coordenadora:** Ana Torres (ana.carla.torres@ubi.pt)

CINTESIS@RISE, Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro, Aveiro, Portugal; Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal.

**Objetivos:** Discutir o compromisso cognitivo relacionado com o cancro; Conhecer instrumentos de avaliação e intervenção em reabilitação cognitiva para sobreviventes de cancro (SC); Compreender a aceitabilidade, as barreiras e os facilitadores para participar em programas de reabilitação cognitiva.

**Relevância:** Os SC estão em progressivo crescimento na população ocidental, existindo atualmente cerca de 20 milhões na Europa. Entre os efeitos relacionados com o cancro e com os tratamentos sentidos pelos SC encontram-se as sequelas cognitivas, que podem afetar todos os domínios cognitivos e psicomotores, nomeadamente a função executiva, a linguagem, a memória, o processamento visuoespacial, a velocidade de processamento, a função motora e a atenção. Revela-se crucial disseminar o conhecimento proporcionado por estudos que objetivam conhecer, por um lado, a aceitabilidade, as barreiras e os facilitadores para participar em programas de reabilitação cognitiva, e, por outro, de estudos que objetivam o desenvolvimento e a validação de medidas de avaliação e intervenção nesta problemática.

**Sumário:** É consensualmente defendida a necessidade de desenvolver e testar intervenções que possam diminuir ou impedir o desenvolvimento dos comprometimentos cognitivos associados ao cancro. Assim, conhecer fatores que podem promover a aceitabilidade destes programas e medidas

de avaliação e de intervenção adequadas é importante. Neste enquadramento, propomos apresentar as seguintes comunicações: 1. Questionário de Aceitabilidade face às Intervenções de Reabilitação Cognitiva – Sobreviventes de Cancro; 2. Programas de reabilitação cognitiva no cancro: Barreiras e facilitadores; 3. "CanCOG - Reabilitação Cognitiva no Cancro": Programa manualizado para sobreviventes de cancro; 4. Adaptação do programa "CanCOG - Reabilitação Cognitiva no Cancro" para formato web. Serão discutidas as implicações e as orientações para a investigação e prática clínica futuras.

*Palavras-Chave:* Reabilitação cognitiva, Cancro, Psicometria, Programas de intervenção.

## **QUESTIONÁRIO DE ACEITABILIDADE FACE ÀS INTERVENÇÕES DE REABILITAÇÃO COGNITIVA – SOBREVIVENTES DE CANCRO**

Isabel Santos<sup>1</sup> (isabel.santos@ua.pt), Ana Filipa Oliveira<sup>2</sup>, Ana Bárto<sup>2,3</sup>, Liliana Loureiro<sup>4</sup>, & Ana Torres<sup>2,5</sup>

<sup>1</sup>WJCR, Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro, Aveiro, Portugal; <sup>2</sup>CINTESIS@RISE, Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro, Aveiro, Portugal; <sup>3</sup>I2P - Instituto Portucalense de Psicologia, Universidade Portucalense, Porto, Portugal; <sup>4</sup>Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro, Aveiro, Portugal; <sup>5</sup>Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal

Entre as abordagens estudadas para tratar as alterações cognitivas em sobreviventes de cancro, a reabilitação cognitiva destaca-se pelos resultados promissores. Contudo, ainda não existem instrumentos para avaliar a aceitabilidade dos sobreviventes face a estas intervenções. Este estudo pretendeu desenvolver e testar as propriedades psicométricas de um novo instrumento, o Questionário de Aceitabilidade face às Intervenções de Reabilitação Cognitiva – Sobreviventes de Cancro (ACRIS-CS). A primeira etapa do estudo envolveu a criação dos itens, através de revisão de literatura e avaliação por especialistas. A segunda etapa centrou-se na avaliação das propriedades psicométricas da escala, nomeadamente validade de construto e fiabilidade. A amostra incluiu 154 sobreviventes de cancro. A análise fatorial exploratória dos 11 itens da escala revelou a existência de três fatores. Os fatores explicaram 68.7% da variância total e foram denominados como: 1) Atitude afetiva e eficácia (6 itens), 2) Benefícios percebidos e autoeficácia (3 itens) e 3) Sobrecarga percebida. Tanto a escala total como as subescalas demonstraram boa consistência interna (coeficientes alfa de Cronbach entre 0,727 e 0,848). O ACRIS-CS demonstrou boas propriedades psicométricas, sugerindo que pode ser uma ferramenta útil para avaliar a aceitabilidade das intervenções de reabilitação cognitiva por parte dos sobreviventes de cancro.

*Palavras-Chave:* Reabilitação cognitiva, Cancro, Aceitabilidade, Questionário, Propriedades psicométricas.

## **"CANCOG - REABILITAÇÃO COGNITIVA NO CANCRO": PROGRAMA MANUALIZADO PARA SOBREVIVENTES DE CANCRO**

Sofia Fernandes<sup>1,2</sup> (sofiafernandes6@ua.pt), Ana Filipa Oliveira<sup>1</sup>, Ana Torres<sup>1,3</sup>, Kathleen Van Dyk<sup>4</sup>, & Isabel Santos<sup>2</sup>

<sup>1</sup>CINTESIS@RISE, Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro, Aveiro, Portugal; <sup>2</sup>WJCR, Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro, Aveiro, Portugal; <sup>3</sup>Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal; <sup>4</sup>University of California, Los Angeles (UCLA), California, USA.

Cerca de 77% dos sobreviventes de cancro relatam experienciar alterações cognitivas associadas ao cancro. Estudos recentes têm destacado o potencial benéfico de intervenções não farmacológicas, nomeadamente programas de reabilitação cognitiva, na mitigação destas dificuldades. Esta investigação tem como objetivo estudar a aceitabilidade, viabilidade e eficácia de um programa de intervenção, "CanCOG - Reabilitação Cognitiva no Cancro", em sobreviventes de cancro em Portugal. Será realizado um ensaio clínico randomizado com três grupos: o programa CanCOG, um

grupo de apoio e uma intervenção educativa mínima. Os participantes serão adultos sobreviventes de cancro e serão avaliados recorrendo a instrumentos para avaliar as queixas cognitivas (FACT-Cog-v3), os défices cognitivos (exemplo: AVLT, Trail Making Test, MoCA), e a ansiedade, depressão (HADS) e qualidade de vida (EORTC QLQ-C30). Espera-se que o programa CanCOG resulte na redução das queixas cognitivas, ansiedade e depressão dos sobreviventes de cancro, contribuindo para a melhoria do seu funcionamento geral e qualidade de vida. Este trabalho permitirá explorar a utilidade e eficácia do programa CanCOG em sobreviventes de cancro. Além disso, espera-se que forneça aos profissionais de saúde uma ferramenta validada e eficaz que vá ao encontro das necessidades desta população.

*Palavras-Chave:* Sobreviventes de cancro, Reabilitação cognitiva, Alterações cognitivas, Programas de intervenção.

## **ENCONTROS ENTRE PSICOLOGIA DA SAÚDE & PSICOLOGIA DA RELIGIÃO E DA ESPIRITUALIDADE**

**Coordenadora:** Rute Meneses (rmeneses@ufp.edu.pt)

FCHS, FP-IBID, CTEC, Universidade Fernando Pessoa, Porto, Portugal.

**Objetivo:** Com o presente simpósio pretende-se estimular a reflexão sobre algumas das convergências entre a Psicologia da Saúde e a Psicologia da Religião e da Espiritualidade.

**Relevância:** Tal como a Divisão 36 da American Psychological Association, considera-se que é importante “compreender o significado da religião e espiritualidade na vida das pessoas e na disciplina de Psicologia”, bem como “aumentar a sensibilização do público para as dimensões psicológicas da religião e da espiritualidade”. Num período em que urge assegurar a equidade, inclusão e sustentabilidade nos cuidados de saúde, os contributos da Psicologia da Religião e da Espiritualidade podem ser particularmente relevantes para a investigação e intervenção no âmbito da Psicologia da Saúde, tal como definida por Matarazzo.

**Sumário:** Assim, o simpósio cobre aspetos conceptuais centrais da Psicologia da Religião e da Espiritualidade, bem como projetos de investigação que se inserem na intersecção entre Psicologia da Saúde e Psicologia da Religião e da Espiritualidade, com claras implicações ao nível da prática psicológica. É composto por quatro comunicações. Na primeira, são analisados os constructos religiosidade e espiritualidade e suas relações. Na segunda, são apresentados dados nacionais sobre práticas de (auto-)cuidados de saúde que se podem considerar não convencionais e a relação entre saúde e religião. Na terceira, são explorados preditores intraindividuais dos efeitos de três abordagens de autogestão da dor aguda: hipnose autoadministrada, mindfulness e meditação religiosa. Na última, são partilhados os resultados de um estudo piloto relativo à avaliação dos benefícios de exercícios contemplativos de raiz cristã e islâmica centrados no coração mediante uma nova intervenção baseada numa aplicação de telemóvel.

*Palavras-Chave:* Saúde mental, Religião, Espiritualidade.

### **À VOLTA DE CONCEITOS: RELIGIÃO, ESPIRITUALIDADE E A PSICOLOGIA COMO CIÊNCIA NOMOTÉTICA**

João Da Silva (jp.dasilva@outlook.com)<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Investigador Independente

A psicologia na sua pretensão científica em explicar o comportamento humano, não o pode fazer sem a consideração da realidade dos fenómenos mentais e comportamentais no seu todo. Por isso, não

poderia olvidar os sentimentos religioso e espiritual sem o risco de se assumir como uma ciência parcial. Todavia, do que falamos quando falamos em religiosidade e espiritualidade? Será, aqui, exposto as diferentes concepções psicológicas destes constructos em vista a esclarecer quanto à relevância do actual estado de arte da psicologia da religião e da espiritualidade. Em particular, analisaremos a relação entre os dois constructos ao nível de uma sobreposição conceptual e de uma identificação homóloga. Constataremos a insuficiência argumentativa destas duas propostas e a ausência de consenso entre autores. Arguir-se-á a favor de uma identidade conceptual demarcada, sugerindo novas direções metodológicas.

*Palavras-Chave:* Religião, Espiritualidade, Psicometria, Religiosidade, Psicologia.

## **PRÁTICAS NÃO CONVENCIONAIS DE (AUTO-)CUIDADOS DE SAÚDE, SAÚDE E RELIGIÃO**

Rute Meneses (rmeneses@ufp.edu.pt)<sup>1</sup>

<sup>1</sup>FCHS, FP-13ID, CTEC, Universidade Fernando Pessoa, Porto, Portugal.

Por um lado, a investigação tem evidenciado diversos correlatos da saúde dos indivíduos, por outro, suporta alguma preocupação com o crescente recurso a práticas de cuidados de saúde que se podem apelar de não convencionais. Assim, o objetivo do presente estudo é: estudar práticas de (auto-)cuidados de saúde não convencionais e a relação entre saúde e religião. Assim, entre 1/10/2021 e 27/9/2023, 449 adultos (18-88 anos) que moravam em Portugal responderam a um questionário via Google Forms (estudo transversal). A maioria reportou interesse por práticas não convencionais e usava-as com as convencionais. A maioria tinha religião, era não praticante e considerava que a religião não influenciava as suas decisões sobre cuidados de saúde. Não se verificaram diferenças estatisticamente significativas nas perceções de saúde, do cuidado com a saúde, dos resultados da e satisfação com a última prática de (auto-)cuidados, na satisfação com a saúde ou nos itens do MHI-5 em função destas características religiosas. Estes resultados apoiam a exploração rotineira das práticas de cuidados de saúde não convencionais para alcançar a segurança, eficácia, equidade, inclusão e sustentabilidade na prática da psicologia da saúde. Não revelam, todavia, a pertinência de certos aspetos religiosos no âmbito da saúde.

*Palavras-Chave:* Práticas de cuidados de saúde, CAM, Religião, Auto-cuidados, Perceções de saúde.

## **O QUE É ÚTIL PARA QUEM? PREDITORES DOS EFEITOS DA HIPNOSE E MEDITAÇÃO**

Alexandra Ferreira-Valente<sup>1</sup> (afvalente@ispa.pt), Benjamin Van Dyke<sup>2</sup>, José Pais-Ribeiro<sup>1</sup>, Rui Costa<sup>1</sup>, Mark Jensen<sup>3</sup>, & Melissa Day<sup>3,4</sup>

<sup>1</sup>William James Center for Research, Ispa – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Young Harris College, Department of Psychology, Young Harris, GA, Estados Unidos da América; <sup>3</sup>University of Washington, Department of Rehabilitation Medicine, Seattle, WA, Estados Unidos da América; <sup>4</sup>The University of Queensland, School of Psychology, Faculty of Health & Behavioral Sciences, St. Lucia Campus, Brisbane, QLD 4072, Australia.

A investigação anterior demonstra a utilidade de abordagens não farmacológicas e não biomédicas na autogestão da dor crónica e da dor aguda. Tais abordagens incluem, entre outras, a utilização da hipnose autoadministrada, o mindfulness, bem como abordagens complementares e integrativas, tais como a meditação religiosa. Contudo, existe ampla variabilidade interindividual na resposta a estas abordagens. Na senda das prioridades definidas pelas Nações Unidas, conhecer os preditores e moderadores de tal variabilidade é essencial em ordem à personalização dos cuidados de saúde. Esta comunicação apresenta os resultados secundários de um estudo experimental aleatorizado, avaliando os preditores e moderadores intraindividuais dos efeitos das três abordagens de autogestão da dor

aguda anteriormente mencionadas, em 232 adultos saudáveis submetidos a dor aguda experimentalmente induzida através do procedimento conhecido por Cold Pressor Arm Wrap. Os efeitos da hipnose foram preditos pelas expectativas, hipnotizabilidade, e denominação religiosa; aqueles do mindfulness foram preditos pela espiritualidade e religiosidade; e os da meditação inaciona foram preditos pelas expectativas e pelo mindfulness traço. Estes resultados serão discutidos à luz do modelo “Limit, Activate, and Enhance”, das considerações de Kazdin acerca dos moderadores/preditores de conveniência das intervenções psicológicas, e das suas implicações para a personalização dos cuidados em psicologia da saúde.

*Palavras-Chave:* Dor, Personalização dos cuidados psicológicos, Medicina de precisão, Hipnose, Meditação, Ensaio Clínico Aleatorizado.

## **MEDITAÇÃO CENTRADA NO CORAÇÃO: UM ESTUDO ESTRATIFICADO E RANDOMIZADO**

Miguel Farias (miguel.farias@wolfson.ox.ac.uk)<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Brain, Belief & Behaviour Laboratory, Coventry University; Wolfson College, University of Oxford; Departamento de Psicologia, Universidade do Algarve

Apesar da explosão de interesse no estudo da meditação, estes têm-se baseado sobretudo em formas secularizadas de técnicas budistas e hindus (mindfulness e Transcendental Meditation). De modo a ampliar a ciência da meditação, este estudo visa avaliar os benefícios de exercícios contemplativos de raiz cristã e islâmica centrados no coração mediante uma nova intervenção baseada numa aplicação de telemóvel. Os participantes ( $N = 328$ ) serão avaliados em 3 momentos (antes da intervenção, 8 semanas depois, e 3 meses após o término da intervenção) com medidas que incluem tolerância à dor, variabilidade de frequência cardíaca, tarefas pró-sociais, ansiedade e depressão. Utilizaremos como grupo de controlo ativo uma intervenção standard de mindfulness, para além de um grupo de controlo passivo. Nesta apresentação, falarei do novo aplicativo e respetivas intervenções, juntamente com os resultados do estudo piloto ( $N = 40$ ) em curso, que estará concluído em Novembro de 2023. Na discussão abordarei também as controvérsias atuais acerca da utilização de técnicas de meditação para benefício próprio, ao invés do seu âmbito tradicional que visa o benefício coletivo mediante processos de transcendência do eu.

*Palavras-Chave:* Meditação, Mindfulness, Espiritualidade, Saúde mental, Processos pró-sociais.

## **ALTAMENTE SAUDÁVEIS: ESTUDOS DE SAÚDE MENTAL NOS ESTUDANTES DA BEIRA INTERIOR**

**Coordenadora:** Ana Torres (ana.carla.torres@ubi.pt)

Departamento de Psicologia e Educação da Universidade da Beira Interior; CINTESIS&RISE, Centro de Investigação em Tecnologias e Serviços de Saúde| Rede de Investigação em Saúde

**Objetivos:** Conhecer a saúde mental, o estigma e a procura de ajuda, as necessidades e preferências dos estudantes de ensino superior relativamente a programas de promoção da saúde, os efeitos e a vivência com um programa de saúde mental na universidade da beira interior e a relação do comportamento ecológico com a saúde mental.

**Relevância:** As perturbações mentais nos estudantes de ensino superior têm apresentado um aumento progressivo nos últimos anos, verificando-se uma preocupação crescente com a promoção da saúde desta população. A procura de ajuda especializada é reduzida devido ao estigma. Revela-se crucial disseminar o conhecimento de estudos que objetivam conhecer: variáveis da saúde mental; as necessidades e preferências dos estudantes de ensino superior relativamente a programas de

promoção da saúde mental; os resultados desses programas e a relação com comportamentos, como o comportamento ecológico. Este conhecimento pode contribuir para o desenvolvimento de iniciativas adequadas de promoção da saúde mental.

Sumário: É necessário desenvolver estudos de saúde mental nos EES e avaliar programas de intervenção adequados às necessidades e preferências deste público-alvo, tendo em consideração um conhecimento atualizado dos fatores e comportamentos que podem promover a saúde desta população. Propomos apresentar neste simpósio as seguintes comunicações: 1. Avaliação do estigma da doença mental e procura de ajuda em estudantes universitários; 2. AltaMente Saudáveis: Programa de promoção de saúde mental; 3. AltaMente saudáveis: Estudo piloto com um programa de saúde mental adaptado; 4. Estudo qualitativo de avaliação das necessidades e preferências dos estudantes de ensino superior; 5. O comportamento ecológico e a saúde mental de estudantes universitários. Serão discutidas as implicações e as orientações para a investigação e prática clínica futuras.

*Palavras-Chave:* Saúde mental, Estigma, Programas de intervenção.

## **AVALIAÇÃO DO ESTIGMA DA DOENÇA MENTAL E PROCURA DE AJUDA EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS**

Nádia Pinto Pombal<sup>1</sup> (nadiapombal@outlook.com), Paula Saraiva Carvalho<sup>2</sup>, & Jorge Reis Gama<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Departamento de Psicologia e Educação, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal; <sup>2</sup>CIDESD, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal; <sup>3</sup>Centro de Matemática e Aplicações, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal

Dado que o estigma da doença mental constitui uma das principais barreiras à procura de ajuda psicológica, este estudo pretendeu avaliar as crenças acerca da doença mental, dando ênfase ao papel do estigma nas atitudes face à procura de serviços de saúde mental. Trata-se de um estudo quantitativo, transversal, descritivo, correlacional e comparativo. O protocolo utilizado incluiu um questionário sociodemográfico, o Inventário de Crenças acerca da Doença Mental e o Inventário de Atitudes face à Procura de Serviços de Saúde Mental, tendo participado 282 estudantes universitários. A análise estatística dos dados foi efetuada com recurso ao SPSS. Os resultados mostram que o género, ano e curso universitário, apoio psicológico e familiaridade com a doença mental têm efeitos significativos no estigma e na procura de ajuda. Verificaram-se correlações negativas entre crenças estigmatizantes e atitudes de procura de ajuda. Obtiveram-se dois clusters que refletem diferentes níveis de estigma e de procura de ajuda. Este estudo pode contribuir para a investigação científica fornecendo alguns insights teóricos sobre o estigma da doença mental e as atitudes de procura de ajuda. A identificação de dois perfis na amostra pode auxiliar no desenvolvimento de novas intervenções antiestigma mais bem ajustadas a esta população.

*Palavras-Chave:* Crenças, Estigma, Doença mental, Procura de ajuda, Pandemia Covid-19.

## **ALTAMENTE SAUDÁVEIS: PROGRAMA DE PROMOÇÃO DE SAÚDE MENTAL**

Paula Carvalho<sup>1,2</sup> (psc@ubi.pt), Ana Torres<sup>1,2</sup>, Diana Reis<sup>1</sup>, Rúben Oliveira<sup>1</sup>, Filomena Cunha<sup>1</sup>, Jorge Oliveira<sup>1,2,3</sup>, & Manuel Loureiro<sup>1,2,3</sup>

<sup>1</sup>Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal; <sup>2</sup>CINTESIS&RISE, Centro de Investigação em Tecnologias e Serviços de Saúde; <sup>3</sup>CIDESD, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal

De acordo com vários estudos, os estudantes universitários apresentam-se como uma população extremamente vulnerável e com elevada prevalência de problemáticas de saúde mental. Neste sentido, as universidades devem investir em programas de educação e sensibilização no âmbito de saúde mental, que promovam a saúde mental dos estudantes e se foquem nos principais problemas e desafios que esta população apresenta. Os principais objetivos devem passar pelo aumento da literacia da



saúde mental; diminuição do estigma; aumento e promoção da autoeficácia, autoestima e autocuidado, entre outros. Este trabalho pretende apresentar um projeto de promoção de saúde mental implementado na Universidade da Beira Interior que visa contribuir para diminuir o estigma relativo à perturbação mental e promover a saúde mental dos Estudantes. Desta forma, durante o ano letivo de 2022-23 realizou-se um estudo qualitativo para avaliar as necessidades e preferências dos estudantes de ensino superior acerca das temáticas a incluir num programa de promoção da saúde mental e um estudo piloto com um programa de saúde mental. Os resultados obtidos permitem concluir que os estudantes que participaram apresentaram um aumento da LSM e uma diminuição do estigma relativo à perturbação mental e referiram a satisfação e importância em participar neste programa.

*Palavras-Chave:* Programa de promoção de saúde mental, Estigma, Literacia em saúde mental, Estudantes do Ensino Superior, Avaliação, Intervenção.

## **ALTAMENTE SAUDÁVEIS: ESTUDO PILOTO COM UM PROGRAMA DE SAÚDE MENTAL ADAPTADO**

Ruben Henriques<sup>1</sup> (ana.carla.torres@ubi.pt), Ana Torres<sup>1,2</sup>, Filomena Cunha<sup>1</sup>, & Paula Carvalho<sup>1,3</sup>

<sup>1</sup>Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal; <sup>2</sup>CINTESIS&RISE, Centro de Investigação em Tecnologias e Serviços de Saúde; <sup>3</sup>CIDESD, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal

Existe um aumento crescente de perturbações mentais nos estudantes do ensino superior (EES), pelo que é necessário testar intervenções. Este estudo visa testar a aplicação de uma adaptação do programa de intervenção Riscos e Desafios, numa amostra de EES da Universidade da Beira Interior (UBI). Trata-se de um estudo de tipo misto, com uma amostra exploratória de conveniência de estudantes da UBI que consentiram participar no programa de intervenção de grupo. Foram recolhidos dados com 7 participantes, com idades entre os 18 e 23 anos ( $M = 19,71$ ;  $DP = 1,98$ ). Foi utilizado um questionário sociodemográfico e os seguintes instrumentos de avaliação psicológica: Inventário de Atitudes de Procura de Ajuda em Serviços de Saúde Mental (IAPSSM); Generalized Anxiety Disorder Questionnaire (GAD-7). Verificou-se que os EES que revelam um nível de ansiedade clinicamente relevante inicial ( $GAD > 8$ ), apresentam abertura psicológica final (avaliada pelo IAPSSM) significativamente mais elevada do que os que não revelam um grau de ansiedade inicial relevante ( $GAD \leq 8$ ). Os dados qualitativos, obtidos numa entrevista semiestruturada, revelaram uma perceção consensualmente positiva relativamente aos benefícios e pertinência da intervenção, e permitem conhecer obstáculos e sugestões de melhoria da intervenção. Pode-se concluir que o programa adaptado se revelou benéfico para esta população, especialmente para os que apresentam um nível de ansiedade inicial mais elevado.

*Palavras-Chave:* Programa de intervenção, Saúde mental, Estudantes de ensino superior, Beira interior.

## **DESAFIOS PSICOSSOCIAIS AO LONGO DO CICLO DE VIDA EM SOBREVIVENTES DE CANCRO**

**Coordenadora:** Ana Bártolo (ana.bartolo@upt.pt)

I2P – Instituto Portucalense de Psicologia, Universidade Portucalense, Porto, Portugal; CINTESIS@RISE, Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro, Aveiro, Portugal; RECI - Research Unit in Education and Community Intervention, Instituto Piaget-ISEIT/Viseu, Viseu, Portugal.

**Objetivos:** O simpósio proposto apresenta como principais objetivos: Promover um melhor entendimento dos desafios psicossociais experienciados por sobreviventes de cancro ao longo de diferentes fases do ciclo de vida; Potenciar o contacto com os processos de validação de medidas de

autorelato para avaliação de diferentes construtos psicossociais; Estimular a reflexão crítica e discussão sobre aspetos psicossociais ainda subexplorados no contexto do diagnóstico de cancro.

**Relevância:** Em linha com os objetivos propostos, este simpósio irá fomentar a discussão sobre as especificidades de um diagnóstico de cancro ao longo das diferentes etapas de desenvolvimento. Serão elencadas variáveis psicossociais que devem emergir como um foco de avaliação e intervenção, bem como medidas disponibilizadas para a avaliação de construtos como o medo de recorrência e preocupações reprodutivas.

**Sumário:** O simpósio integra resultados sobre os processos de adaptação à doença oncológica desde a adolescência à idade adulta. As comunicações encontram-se organizadas de acordo com a fase do ciclo de vida, sendo explorados diferentes desafios e simultaneamente propostas medidas de avaliação. São reportados desafios relacionados com o medo de recorrência e progressão, preocupações reprodutivas em idade jovem, bem como aspetos como o comprometimento no funcionamento cognitivo. As comunicações encontram-se na seguinte ordem sequencial: 1. Validação portuguesa da escala FCR7 para adolescentes e jovens adultos com cancro; 2. Medo de recorrência e distress psicológico em adolescentes e jovens adultos sobreviventes de cancro; 3. Validação Preliminar da Escala de Preocupações Reprodutivas após o Cancro – Versão Masculina; 4. Dificuldades de memória e bem-estar percebido no cancro da mama: revisão sistemática; 5. Preditores do funcionamento emocional em sobreviventes de cancro: desafios do envelhecimento.

**Palavras-Chave:** Sobreviventes de cancro, Envelhecimento, Ciclos de vida, Medo de recorrência.

## **VALIDAÇÃO PORTUGUESA DA ESCALA FCR7 PARA ADOLESCENTES E JOVENS ADULTOS COM CANCRO**

Maria Carolina Neves<sup>1</sup> (mariacneves11@gmail.com), Célia Sales<sup>1</sup>, Joana Oliveira<sup>2</sup>, Ana Bárto<sup>3,4</sup>, Judith Prins<sup>5</sup>, & Sara Monteiro<sup>4,6,7</sup>

<sup>1</sup>Centro de Psicologia da Universidade do Porto, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade do Porto, Porto, Portugal; <sup>2</sup>Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro, Aveiro, Portugal; <sup>3</sup>I2P - Instituto Portucalense de Psicologia, Universidade Portucalense, Porto, Portugal; <sup>4</sup>CINTESIS@RISE, Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro, Aveiro, Portugal; <sup>5</sup>Departamento de Psicologia Médica, Radboud University Medical Centre, Nijmegen, Holanda; <sup>6</sup>Departamento de Ciências Sociais e de Gestão, Universidade Aberta, Lisboa, Portugal; <sup>7</sup>Centro de Estudos Globais, Universidade Aberta, Lisboa, Portugal.

Adolescentes e jovens adultos (AYAs) com cancro têm frequentemente reportado elevado medo de recorrência. A investigação tem-se debruçado nesta temática, contudo as medidas utilizadas não se encontram validadas para AYAs. Este estudo pretendeu assim validar a escala FCR7 para avaliação do medo de recorrência do cancro na população portuguesa de AYAs. A recolha ocorreu em formato online, sendo recrutados 92 AYAs. A maioria eram mulheres, com uma idade média de 26,01 anos no momento do recrutamento e 19,38 anos no diagnóstico. O tempo desde o diagnóstico foi de aproximadamente 75,1 meses e a maioria dos participantes já tinha finalizado os tratamentos. Foi administrado um questionário sociodemográfico e clínico, seguido da Escala de Ansiedade e Depressão Hospitalar, a FCR7 e a Qualidade de Vida Core-30. Os resultados obtidos indicaram que a versão portuguesa da FCR7 apresentou boa consistência interna. Foi confirmado um modelo fatorial unidimensional com adequado ajuste. Cerca de 70% dos participantes reportaram ainda níveis clinicamente significativos de medo de recorrência do cancro. A FCR7 mostrou ser uma escala válida para avaliar o medo de recorrência do cancro nos AYAs portugueses, constituindo-se como um importante recurso para orientar a intervenção neste contexto.

**Palavras-Chave:** Cancro, Adolescente, Jovem adulto, Medo de recorrência, Validação.

## **MEDO DE RECORRÊNCIA E DISTRESS PSICOLÓGICO EM ADOLESCENTES E JOVENS ADULTOS SOBREVIVENTES DE CANCRO**

Sara Monteiro<sup>1,2,3</sup> (smonteiro@ua.pt), Joana Oliveira<sup>4</sup>, Maria Carolina Neves<sup>5</sup>, Célia Sales<sup>5</sup>, & Ana Bárto<sup>1,6</sup>

<sup>1</sup>CINTESIS@RISE, Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro, Aveiro, Portugal; <sup>2</sup>Departamento de Ciências Sociais e de Gestão, Universidade Aberta, Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>Centro de Estudos Globais, Universidade Aberta, Lisboa, Portugal; <sup>4</sup>Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro, Aveiro, Portugal; <sup>5</sup>Centro de Psicologia da Universidade do Porto, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade do Porto, Porto, Portugal; <sup>6</sup>I2P - Instituto Portucalense de Psicologia, Universidade Portucalense, Porto, Portugal.

A investigação tem sugerido que adolescentes e jovens adultos (AYAs) diagnosticados com cancro apresentam desafios únicos no curso da doença. A recorrência do cancro emerge como uma das suas principais preocupações e acompanha estes jovens ao longo do seu desenvolvimento. Este estudo objetivou explorar a relação entre variáveis sociodemográficas, clínicas, medo de progressão e o distress psicológico em AYAs com história de cancro. A amostra incluiu 96 AYAs entre os 15 e os 25 anos de idade (83,3% sexo feminino; 24% Linfoma de Hodgkin). O recrutamento ocorreu online e incluiu a administração da Escala de Medo de Recorrência do Cancro (FCR7) e a Escala de Ansiedade e Depressão Hospitalar. Os resultados sugeriram que AYAs que reportavam uma maior perceção de necessidade de acompanhamento psicológico e estavam em terapia hormonal evidenciavam níveis mais elevados de medo de recorrência. Todos os participantes reportaram níveis moderados a altos de medo, que se associavam positivamente com sintomas de ansiedade. Este estudo reflete a importância de investir no entendimento dos mecanismos psicológicos e fatores subjacentes ao impacto de um cancro em AYAs. Mitigar os efeitos do medo de recorrência emerge como um alvo de intervenção, sobretudo em AYAs ainda em tratamento.

*Palavras-Chave:* Cancro, Medo de recorrência, Ansiedade, Terapia hormonal, Acompanhamento psicológico.

## **VALIDAÇÃO PRELIMINAR DA ESCALA DE PREOCUPAÇÕES REPRODUTIVAS APÓS O CANCRO – VERSÃO MASCULINA**

Juliana Silva<sup>1</sup> (juliana.matos.silva@ua.pt), Ana Bárto<sup>2,3,4</sup>, Isabel Silva<sup>4,5</sup>, Ana Filipa Oliveira<sup>3</sup>, André Louro<sup>4</sup>, Ana Torres<sup>3,6</sup>, Isabel Santos<sup>7</sup>, & Sara Monteiro<sup>3,8,9</sup>

<sup>1</sup>Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro, Aveiro, Portugal; <sup>2</sup>I2P - Instituto Portucalense de Psicologia, Universidade Portucalense, Porto, Portugal; <sup>3</sup>CINTESIS@RISE, Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro, Aveiro, Portugal; <sup>4</sup>RECI - Research Unit in Education and Community Intervention, Instituto Piaget-ISEIT/Viseu, Viseu, Portugal; <sup>5</sup>Centre for Functional Ecology-Science for People & the Planet (CFE), TERRA Associate Laboratory, Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal; <sup>6</sup>Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal; <sup>7</sup>William James Center for Research, Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro, Aveiro, Portugal; <sup>8</sup>Departamento de Ciências Sociais e de Gestão, Universidade Aberta, Lisboa, Portugal; <sup>9</sup>Centro de Estudos Globais, Universidade Aberta, Lisboa, Portugal.

O impacto de uma doença oncológica na fertilidade masculina está bem estabelecido. No entanto, as preocupações reprodutivas desta população permanecem subexploradas, verificando-se a necessidade de investir na disponibilização de medidas de avaliação psicológica confiáveis e válidas. O presente estudo objetivou traduzir, adaptar e explorar preliminarmente as propriedades psicométricas da Escala de Preocupações Reprodutivas após o Cancro – Versão Masculina (RCAC-M). A amostra inclui 32 homens sobreviventes de cancro com idades compreendidas entre o 18 e 55 anos. O recrutamento foi efetuado através da disponibilização de um questionário online. Foi conduzida uma análise de componentes principais para explorar estrutura fatorial da versão portuguesa e analisada a confiabilidade e validade convergente e discriminante da medida. Os resultados mostraram uma boa consistência interna de uma versão constituída por 17 itens, agrupados em quatro fatores: potencial de fertilidade, saúde do filho e vida futura, saúde pessoal e vida futura e aceitação. Foram encontradas associações significativas moderadas entre as preocupações reportadas, a importância da parentalidade e o distress, sustentando a validade convergente da medida. Este estudo sugere o carácter promissor da versão portuguesa da RCAC-M como uma ferramenta confiável e válida para avaliação das preocupações reprodutivas de homens sobreviventes de cancro.

*Palavras-Chave:* Oncologia, Fertilidade, Parentalidade, Preocupações reprodutivas, Validação.

## **PREDITORES DO FUNCIONAMENTO EMOCIONAL EM SOBREVIVENTES DE CANCRO: DESAFIOS DO ENVELHECIMENTO**

Sandra Silva<sup>1</sup> (sifs@ua.pt), Ana Bárto<sup>1,2</sup>, Débora Paiva<sup>3</sup>, Ana Torres<sup>1,4</sup>, Isabel Santos<sup>5</sup>, & Sara Monteiro<sup>1,6,7</sup>

<sup>1</sup>CINTESIS@RISE, Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro, Aveiro, Portugal; <sup>2</sup>I2P - Instituto Portucalense de Psicologia, Universidade Portucalense, Porto, Portugal; <sup>3</sup>Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro, Aveiro, Portugal; <sup>4</sup>Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal; <sup>5</sup>William James Center for Research, Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro, Aveiro, Portugal; <sup>6</sup>Departamento de Ciências Sociais e de Gestão, Universidade Aberta, Lisboa, Portugal; <sup>7</sup>Centro de Estudos Globais, Universidade Aberta, Lisboa, Portugal

A doença oncológica apresenta uma crescente incidência a nível mundial registando cerca de 630 novos casos por 100,000 indivíduos a partir dos 45 anos. O impacto emocional negativo desta condição está bem-estabelecido sendo importante reconhecer fatores que afetam a qualidade de vida, considerando diferentes fases do ciclo de vida. O presente estudo objetivou explorar potenciais preditores do funcionamento emocional em sobreviventes de cancro de meia-idade e idosos. A amostra foi constituída por 136 mulheres (45-59 anos: 80,9%; +60 anos: 19,1%; 53% com ensino superior; 77,9% diagnosticadas com cancro da mama). Entre as participantes, 61% estavam em remissão oncológica. Foram administradas medidas de autorrelato para avaliação do distress psicológico, stress pós-traumático, medo de progressão e qualidade de vida. Os dados foram analisados através de uma regressão linear múltipla, com recurso ao método Backward. O medo de progressão da doença e sintomas depressivos e de stress pós-traumático como a hiperativação e o evitamento foram identificados como preditores significativos do funcionamento emocional, explicando 46,5% da variância. Este estudo sugere a importância intervir na promoção de estratégias de gestão do medo de progressão e de sintomas de distress. O recurso ao evitamento minimiza o impacto emocional imediato, mas revela-se mal-adaptativo a longo prazo.

*Palavras-Chave:* Medo de progressão, Stress pós-traumático, Distress, Funcionamento emocional, Estratégias.

## **PARTE II**

### **COMUNICAÇÕES ORAIS LIVRES**

## **‘LET ME EXIST AS A MOTHER!’: LESBIAN WOMEN'S JOURNEYS TO ACHIEVE MOTHERHOOD**

Francis Anne Carneiro<sup>1</sup>, Inês Morais<sup>1</sup>, Leonor Larcher<sup>2</sup>, Pedro Alexandre Costa<sup>1</sup>, & Isabel Leal<sup>1</sup>

<sup>1</sup>William James Center for Research (WJCR), Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>ISPA, Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

Lesbian mothers have to deal with additional and specific stressors during their transition to motherhood, since they belong to a minority group. This, along with the normative parenting stress and birth transition, could significantly compromise their well-being and mental health. Nevertheless, they can develop strategies to foster resilience and to buffer the stressors' negative effects. This study aimed to identify the specific stressors and resilience indicators of Portuguese lesbian-mother families through Donor Insemination during their transition to motherhood, from a social and legal climate's perspective, and a family of origin climate's perspective. A semi-structured interview was performed with 10 Portuguese lesbian-mother families and analyzed using reflexive thematic analysis. Findings revealed a lack of (or a very recent) legal framework, and of mental and social representation of lesbian motherhood, which was also reflected by the negative reactions of their families of origin regarding their disclosure of motherhood. Nonetheless, these lesbian mothers revealed various ways of transforming the negative impact of the mentioned stressors: community resilience indicators included maintaining outness, engaging in activism, seeking support from LGBTQ communities, or by being selective about their family. Lesbian mothers were also very active and persistent on recovering their family connections and support.

*Keywords:* Lesbian-mother families, Donor insemination, Reflexive thematic analysis, Socio-legal climate, Family of origin climate

## **DEPRESSÃO, ESTIGMA E ADEÇÃO AO TRATAMENTO ANTIRRETROVIRAL DE HOMENS GAYS COM HIV**

Felipe Alckmin-Carvalho (felipealckmin@gmail.com)<sup>1</sup>, & Lucia Izumi Nichiata<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo, São Paulo, Brasil

O objetivo no presente estudo foi avaliar associações entre depressão, homofobia internalizada e sorofobia na adesão ao tratamento antirretroviral (TARV) de homens gays com HIV. Trata-se de um estudo transversal. Foram utilizados: questionário sociodemográfico/clínico, Questionário para Avaliação da Adesão ao TARV, Escala Beck de Depressão, Escala de Homofobia Internalizada e Escala de Estigmatização para Portadores do HIV. Participaram do estudo 138 homens gays com HIV (idade média: 36,1 anos). Foram realizadas análises de correlação e regressão múltipla. A adesão ao tratamento foi inadequada em 28 (20,2%) participantes. Verificou-se que 67 (48,5%) apresentavam algum nível de depressão. Identificou-se correlações negativas entre depressão e adesão ao TARV ( $r = -0,388$ ;  $p = 0,009$ ), e sorofobia e adesão ( $r = -0,181$ ,  $p = 0,03$ ). Foram variáveis que impactaram na adesão ao TARV: idade do diagnóstico, explicando 22,1% do desfecho ( $R^2_{ajustado} = 0,221$ ,  $p = 0,02$ ) e depressão, explicando 20% ( $R^2_{ajustado} = 0,199$ ;  $p = 0,03$ ). Encontrou-se que um a cada cinco participantes apresentaram adesão inadequada ao TARV, bem como alta prevalência de indicadores de depressão. Participantes mais jovens, com escores mais elevados de sorofobia e com mais sinais/sintomas depressivos aderiram menos ao tratamento. Os dados apontam para a relevância de rastreamento regular dessas variáveis nos serviços de saúde que cuidam de homens gays com HIV.

*Palavras-Chave:* Homossexualidade masculina, HIV, Adesão à Medicação, Psicopatologia, Homofobia Internalizada, Psicopatologia, Estigma.

# ESTUDOS TRANS EM TEMPOS DE MUDANÇA: REVISÃO CRÍTICA SOBRE MODELOS DE INVESTIGAÇÃO

Marta Conceição<sup>1</sup>, & Pedro Alexandre Costa<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Ispa – Instituto Universitário; <sup>2</sup>Center for Psychology at University of Porto, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto

Atualmente, verifica-se uma evolução de paradigma quanto à conceptualização de identidade de género e vivências associadas. Motivada por reivindicações de movimentos trans, esta evolução resulta também em transformações socio-legais, marcadas cada vez mais pelo direito à autodeterminação. Assim, torna-se relevante perceber de que forma os estudos sobre a população trans têm acompanhado esta evolução. O objetivo foi analisar os principais modelos utilizados nestes estudos, procurando apresentar uma abordagem alternativa, capaz de acompanhar as constantes transformações e redefinições associadas a este tema. Recorreu-se à metodologia de revisão crítica, que permitiu sumarizar, contextualizar e analisar estudos prévios sobre esta população. Considerando os modelos destacados – categorização de perfis, modelo de estádios e abordagem narrativa – reconheceu-se que os dois primeiros, apesar dos seus contributos, enfrentaram como principal limitação a perspetiva rígida e redutora sobre a identidade de género. Assim, atendendo à natureza mutável das vivências de identidade de género, a abordagem narrativa apresentou-se como a mais adequada para o estudo deste tipo de vivências, por permitir amplificar as vozes da população em estudo e acompanhar a evolução social e histórica das suas narrativas. Esta revisão é pertinente no sentido em que permite informar investigações futuras sobre o tipo de metodologia mais adequada a utilizar.

*Palavras-Chave:* LGBTI+, Sexualidade, Trajetórias de vida, Revisão de literatura.

## RELATIONSHIPS, SATISFACTION AND COMMITMENT: WHAT EFFECTS ON PERFORMANCE?

Ana Rita Nunes (anaritanunes.psicologia@gmail.com)<sup>1</sup>, Ivone Patrão<sup>1,2</sup>, & Filipa Pimenta<sup>1,3</sup>

<sup>1</sup>Ispa – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>APPsyCI - Applied Psychology Research Center Capabilities & Inclusion, Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>WJCR – William James Center for Research, ISPA-Ispa- Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

The landscape of the workplace has seen significant transformations during the pandemic. Confronting the challenges posed by the social and economic disruptions, organizations have been compelled to reevaluate their strategies for supporting their workforce. The aim of this study was to examine the relationship between organizational culture, Work-Life Balance (WLB), and the organizational life cycle with employees' work performance (e.g., relationship with the supervisor). Cross-sectional, quantitative and correlational study. A total of 995 portuguese adults professionally active participated ( $M_{age}= 40,8$ ;  $SD= 10,6$ ; 68,4% women). To characterize both the sample and the organizations, a Sociodemographic and Professional Questionnaire was utilized. In addition, the study employed the WLB scale (Pimenta et al., 2022), the Organizational Culture scale (Cameron & Quinn, 2013), the Organization Life Cycle scale (Lester et al., 2003), and the Health & Work scale (Shikiar et al., 2004). The structural model presents an acceptable adjustment ( $\chi^2/df=3,376$ ;  $SRMR=0,074$ ;  $CFI=0,854$ ;  $TLI=0,853$ ;  $GFI=0,818$ ;  $RMSEA=0,049$ ). An organizational culture characterized as Trusting and Participatory ( $\beta=-0,255$ ;  $p<0,001$ ) and a better WLB ( $\beta=0,402$ ;  $p<0,001$ ) were associated with a better relationship with the supervisor. The findings reported here can contribute to the development of psychological health initiatives in the workplace aimed at enhancing overall performance.

*Keywords:* Organizational culture, performance, organization life cycle, work-life balance

## **FATORES PROTETORES DO BEM-ESTAR DOS TRABALHADORES, NOS REGIMES PRESENCIAL E DE TELETRABALHO**

Beatriz Pedroso Guedes (beatrizpguedes28@gmail.com)<sup>1</sup>, & Ana Patrícia Duarte<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Iscte – Instituto Universitário de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Iscte – Instituto Universitário de Lisboa, Business Research Unit (BRU-IUL), Lisboa, Portugal

Ao precipitar a massificação do teletrabalho a uma escala global, a pandemia de COVID-19 impulsionou uma reorganização estrutural e sem precedentes dos modelos de trabalho tradicionais. Não estando ainda reunido consenso quanto às potenciais vantagens e desvantagens deste regime de trabalho, mas sabendo-se caracteristicamente distinto do presencial, impõe-se como necessário que as organizações permaneçam aptas a preservarem a saúde e o bem-estar dos seus trabalhadores, independentemente do regime em que operem. Atendendo a esta necessidade, o presente estudo propôs-se a: apurar se entre o regime presencial e o de teletrabalho, um induz (em média) maior bem-estar afetivo nos trabalhadores; identificar (de entre nove características laborais) os principais preditores deste bem-estar, em cada um dos regimes. Tratando-se de um estudo quantitativo correlacional, contou com a resposta de 246 trabalhadores (146 presenciais) a um questionário *online*. Os resultados sugerem não haver diferença significativa entre os níveis médios de bem-estar afetivo reportados por trabalhadores do regime presencial e por teletrabalhadores. Indiciam diferirem, porém, os fatores que predizem o bem-estar dos trabalhadores, em cada regime – no presencial e no de teletrabalho. A pertinência destes resultados reside no seu potencial interventivo, por informarem a alocação de recursos organizacionais, para promoção de saúde e bem-estar ocupacional.

*Palavras-Chave:* Regimes de trabalho, Características do trabalho, Bem-estar afetivo no trabalho, Fatores protetores, Intervenção

## **INTERVENÇÃO EM PSICOLOGIA POSITIVA PARA MÃES DE CRIANÇAS HOSPITALIZADAS COM DOENÇAS AGUDAS**

Doralúcia da Silva (doralu.gil@gmail.com)<sup>1</sup>, & Cláudia Giacconi<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Hospital Escola Universidade Federal de Pelotas (UFPEL), Brasil; <sup>2</sup>Univesidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), Brasil

As intervenções em psicologia positiva produzem aumento de bem-estar e contribuem para o tratamento e enfrentamento do adoecimento tanto de pacientes como de familiares no ambiente hospitalar. No caso de acometimento em crianças de condições agudas de saúde, os familiares podem vivenciar altos níveis de ansiedade e estresse associados ao caráter abrupto das doenças. Considerando a importância de intervenções psicológicas em situações de doenças agudas, este trabalho tem por objetivo apresentar evidências de eficácia de uma intervenção em psicologia positiva para este contexto. Foi realizado estudo quase experimental em que participaram 30 mães de crianças hospitalizadas com doenças agudas. As participantes foram alocadas em três condições experimentais, intervenção individual, intervenção grupal e grupo de comparação. Foram realizadas avaliações de pré e pós teste sobre bem-estar subjetivo, sintomas de ansiedade, estresse e depressão e modos de enfrentamento de problemas. Os resultados mostraram que na intervenção grupal e individual houve aumento do enfrentamento com foco no problema em relação ao grupo de comparação. Também houve aumento significativo de afetos positivos na modalidade grupal em relação ao grupo de comparação. A partir dos dados, observam-se evidências de eficácia da intervenção e aponta-se a continuidade de estudos que possam aprimorá-la.

*Palavras-Chave:* Psicologia positiva, Hospitalização, Condições agudas, Enfrentamento, Famílias

## **CORRELAÇÃO ENTRE PRESBIACUSIA E DEMÊNCIA – ESTUDO OBSERVACIONAL COM RECOLHA DE AMOSTRA**



André Oliveira<sup>1</sup>, & Vasco de Oliveira<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Escola Superior de Saúde do Politécnico do Porto, Porto, Portugal; <sup>2</sup>Hospital das Forças Armadas (Pólo do Porto), Porto, Portugal

A população mundial está a envelhecer. A demência afeta as capacidades cognitivas, e a presbiacusia é uma perda auditiva relacionada com idade que provoca um défice auditivo nas frequências agudas. Parece existir um vínculo entre presbiacusia e demência com risco aumentado de demência 5 a 10 anos após o seu aparecimento. O principal objetivo é compreender a relação entre perda auditiva e declínio das funções cognitivas. A metodologia é observacional, de campo, transversal e prospetiva. A amostra é constituída por 30 pacientes entre 60-70 anos, utentes da Consulta de ORL do Hospital das Forças Armadas – Porto e do Centro Hospitalar Baixo Vouga, que acederam a fazer parte do estudo e a avaliação da audição e o MoCA, cumprindo os critérios de exclusão. Os dados obtidos indiciam a existência de relação entre perda auditiva e o declínio das funções cognitivas, em que maior perda auditiva representa resultados piores na cognição. Os restantes resultados revelam uma prevalência de défice cognitivo ligeiro nas mulheres (70%) comparando com os homens (53%). Através deste estudo, conseguiu-se relacionar a presbiacusia com a perda de faculdades cognitivas, reforçando a necessidade de aumentar a consciencialização acerca destas duas patologias e incentivar uma reabilitação auditiva precoce.

*Palavras-Chave:* Presbiacusia, Demência, Função cognitiva, Perda auditiva, Capacidade cognitiva

## **O AUTOCUIDADO NA PROMOÇÃO DA SAÚDE DE PSICÓLOGOS: UM ESTUDO EXPLORATÓRIO**

Francisca Tavares (38176@ufp.edu.pt)<sup>1</sup>, & Carla Fonte<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Universidade Fernando Pessoa, Porto, Portugal

Na prática profissional da psicologia o prazer derivado de ajudar é designado por satisfação por compaixão. Na exigência para ser compassivo, pode ocorrer a fadiga por compaixão assumindo a forma de *burnout* ou estresse traumático secundário. Neste contexto, as estratégias de autocuidado têm vindo a ser salientadas como competências e comportamentos que um psicólogo pode adotar de forma a promover a sua saúde. O presente estudo tem como objetivo analisar a relação existente entre a satisfação e fadiga por compaixão e o autocuidado numa amostra de psicólogos portugueses. Participaram 106 psicólogos com idades compreendidas 22 e 61 anos. A recolha de dados foi efetuada com recurso, à Escala de Qualidade de Vida Profissional e à Escala de Avaliação do Autocuidado para Psicólogos. Os resultados demonstram que a satisfação por compaixão, está positivamente associada à presença de apoio e desenvolvimento profissional. Verifica-se ainda que os participantes que recorrem a supervisão e intervisão como estratégias de autocuidado, são aqueles que apresentam níveis mais elevados de satisfação por compaixão. Os resultados obtidos permitem confirmar como o autocuidado na prática profissional da psicologia se apresenta como medida preventiva relevante na saúde e bem-estar destes profissionais.

*Palavras-Chave:* Satisfação por compaixão, Fadiga por compaixão, Autocuidado, Psicólogos portugueses

## **AUTOCONFIANÇA E AUTORREGULAÇÃO PARENTAIS NO TRATAMENTO DA OBESIDADE INFANTIL**

Mariana Costa (mfcosta@fpce.up.pt)<sup>1</sup>, Catarina Canário<sup>1</sup>, Isabel-Abreu Lima<sup>1</sup>, Mónica Tavares<sup>2</sup>, Helena Mansilha<sup>2</sup>, & Orlanda Cruz<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, Porto, Portugal; <sup>2</sup>Centro Hospitalar Universitário do Porto, Porto, Portugal

Em Portugal, 1/3 das crianças têm excesso de peso (EP) ou obesidade infantil (OI). Pais de crianças com EP/OI tendem a apresentar níveis elevados de stress, e baixa autoconfiança na implementação de comportamentos saudáveis. A autoconfiança reduzida e fraca adesão ao tratamento comprometem os resultados de intervenções na OI. O presente estudo pretende avaliar o papel moderador da autoconfiança parental e autorregulação para o tratamento na evolução do índice de massa corporal padronizado (IMC *z-score*) das crianças. Os participantes são 128 crianças dos 5 aos 12 anos com com IMC *z-scores* correspondentes a EP/OI, e respetivos pais/cuidadores. As medidas antropométricas das crianças foram obtidas em dois momentos de avaliação, e no primeiro, os pais preencheram os instrumentos *Depression Anxiety Stress Scale-21*; *Lifestyle Behaviour Checklist*; *Treatment Self-Regulation Questionnaire*. Conduziram-se análises descritivas, de correlações de Pearson e de moderação. A maioria das crianças permaneceu na categoria de IMC *z-score* inicial, ou transitou para uma categoria inferior. Constatou-se que a Regulação Externa modera a evolução do IMC *z-score*. Os resultados reforçam a importância de desenvolver intervenções na OI que envolvam os pais enquanto principais agentes de mudança, as quais considerem as variáveis de ajustamento psicológico dos mesmos.

*Palavras-Chave:* Obesidade infantil, Índice de massa corporal, Intervenção médica, Confiança parental, Autorregulação

## **EXPERIÊNCIA TURÍSTICA SIGNIFICATIVA E BEM-ESTAR: PAPEL MODERADOR DA LEALDADE COM O DESTINO**

Ester Câmara (a70232@ualg.pt)<sup>1,2</sup>, Margarida Pocinho<sup>1,3</sup>, Saúl Neves de Jesus<sup>1,2</sup>, & Dora Agapito<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Research Centre for Tourism, Sustainability, and Well-being (CinTurs), Gambelas Campus, Universidade do Algarve, Algarve, Portugal; <sup>2</sup>Universidade do Algarve, Algarve, Portugal; <sup>3</sup> Universidade da Madeira, Funchal, Portugal

As experiências turísticas significativas aliam a psicologia e o turismo ao significado, traduzindo-se em maior bem-estar, felicidade e satisfação se o turista desenvolver um sentimento de lealdade com o destino (i.e., visitar e recomendar). O objetivo é testar o efeito da experiência turística no bem-estar, felicidade e satisfação com a vida, moderado pela lealdade com o destino. Estudo empírico, com uma amostra de 216 adultos, maioritariamente do género feminino (75,5%) e empregados(as) (43,5%). Utilizaram-se as escalas de experiência turística memorável; intenções comportamentais; bem-estar do turista; felicidade subjetiva; e satisfação com a vida. Analisou-se o modelo estrutural com abordagem dos mínimos quadrados parciais (PLS-SEM) no SMART-PLS4. Obtiveram-se bons índices psicométricos de fiabilidade individual ( $\lambda > 0,707$ ); de construto (Alpha de Chronbach:  $\alpha > 0,6$ ;  $\rho_c > 0,8$ ;  $\rho_a > 0,6$ ); validade convergente (AVE  $> 0,5$ ); validade discriminante (HTMT  $< 0,9$ ). O moderador fortalece as relações entre felicidade e conhecimento ( $M=0,175$ ), envolvimento ( $M=0,075$ ), intensidade emocional ( $M=0,061$ ); entre satisfação com a vida e cultura ( $M=0,168$ ), envolvimento ( $M=0,137$ ), e intensidade emocional ( $M=0,126$ ); e entre bem-estar e conhecimento ( $M=0,066$ ), envolvimento ( $M=0,030$ ) e significado ( $M=0,023$ ). Os resultados encontram na psicologia da saúde a oportunidade de promover o aumento do bem-estar, significado com a vida e felicidade, quanto maior o envolvimento do turista para com o destino.

*Palavras-Chave:* Bem-estar, Experiência turística, Felicidade, Lealdade, Satisfação com a vida, Significado

## **FELICIDADE NOS CONTEXTOS DE VIDA**

Ana Mateus Silva (anai.silva@uab.pt)<sup>1</sup>, Cláudia Paixão<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Aberta, CEMRI- SCD, Lisboa, Portugal

A felicidade é uma emoção que se caracteriza por um estado emocional positivo, em que estão presentes sentimentos de bem-estar e de prazer, relacionados com o sucesso pessoal e profissional. O

estudo teve como objetivo saber como os estudantes de Licenciatura em Ciências Sociais da Universidade Aberta definem felicidade e se sentem felizes no seu dia-a-dia. Participaram 120 estudantes do 3.º ano, através de um questionário online (*Google Forms*), com informação sociodemográfica, a Escala de Felicidade Subjetiva e uma pergunta de resposta aberta sobre a definição de felicidade, analisada através da análise de discurso. Verificou-se que quando questionados sobre como se sentem, numa escala de 1 (menos feliz) a 7 (mais feliz), os estudantes assinalaram maioritariamente o nível 5 (35,8%) e o nível 6 (39,4%). No que se refere ao nível máximo em que assinalam a opção muito felizes 9,2%. Na análise de discurso sobre a definição de felicidade, as categorias apresentadas foram: harmonia, equilíbrio, saúde, paz, família e amigos, sem dificuldades financeiras, bem-estar pessoal, aceitação e alegria. O presente estudo revela a importância de desenvolver mais estudos nesta área para contribuir para o desenvolvimento de linhas orientadoras para a comunidade e relacionar a felicidade com bem-estar.

*Palavras-Chave:* Felicidade, Estudantes, Educação, Felizes, Emoção

## HOPE AND SELF-COMPASSION MEDIATE THE RELATIONSHIP BETWEEN MENTAL HEALTH LITERACY AND MENTAL HEALTH

Mariana Maia de Carvalho (marianaportocarrero@hotmail.com)<sup>1</sup>, Maria da Luz Vale-Dias<sup>1</sup>, & Sérgio Carvalho<sup>2</sup>

<sup>1</sup>University of Coimbra, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Coimbra, Portugal; <sup>2</sup>Center for Research in Neuropsychology and Cognitive Behavioral Intervention (CINEICC), Faculty of Psychology and Educational Sciences, Coimbra, Portugal

Research suggests mental health literacy (MHL) is related to increased mental well-being and less psychopathology. Nonetheless, the mechanisms through which MHL is conducive of mental health are not clear. To our knowledge, no study has examined the role of self-compassion and hope in the relationship between MHL and mental health, though some evidence suggests they might relate to both MHL and mental health. The current cross-sectional study sought to explore whether self-compassion and hope mediate the relationship between MHL and mental health. Participants from the general population ( $N=181$ ) adults responded to an online survey assessing: positive mental health literacy (PosMHLit), mental illness literacy (MHLq), mental well-being (MHC-SF), psychopathology (BSI), self-compassion (SCS) and hope (HS). Four models analyzed whether positive mental health literacy and literacy about mental illness predicts mental well-being and mental illness through self-compassion and hope. In the four models tested, MHL (both positive and negative MHL) is a stronger predictor of mental well-being than of mental illness, and these relationships occur indirectly through self-compassion and hope. Interventions targeting MHL may benefit from investing in self-compassion training and mental well-being promotion as MHL appears to be more effective predictor of mental well-being.

*Keywords:* Mental health literacy, Self-compassion, Hope, Mental health, Mental well-being

## A JANELA ONLINE: DOS CONFLITOS FAMILIARES AO RISCO DE SUICÍDIO NA ADOLESCÊNCIA

Beatriz Fuschini (bfuschini@ispa.pt)<sup>1</sup>, Eva Duarte<sup>1</sup>, Mariana Pires de Miranda<sup>1</sup>, & Maria Gouveia-Pereira<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Applied Psychology Research Center Capabilities & Inclusion (APPsyCI), Ispa – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

A investigação internacional evidencia um aumento do acesso a conteúdos *online* sobre os comportamentos autolesivos (CAL) por adolescentes. Porém, escasseiam estudos nacionais sobre este tema. O objetivo deste estudo foi analisar a relação entre os conflitos familiares e a ideação suicida (IS) via atividades online sobre os CAL, identificação, e diversidade dos CAL, através de um modelo de mediação sequencial moderado pela idade. A amostra de conveniência deste estudo transversal consistiu em 357 adolescentes ( $M_{idade} = 16,61$ ). Foram distribuídos questionários de autopreenchimento que incluíam os instrumentos: Inventário do Clima Familiar; Medida de

Frequência de Atividades Online sobre os CAL; Medida de Identificação Social; Inventário de Comportamentos Autolesivos; Questionário Ideação Suicida. O efeito indireto dos conflitos familiares na IS através da frequência das atividades online, identificação e diversidade dos CAL foi significativo apenas para os participantes na adolescência média. Estes resultados podem ser contextualizados pelas especificidades desta fase da adolescência. Paralelamente, estes resultados contribuem para o conhecimento sobre o fenómeno das representações *online* dos CAL. No âmbito da Psicologia da Saúde, são relevantes para o possível delineamento de estratégias preventivas e interventivas que se adequem ao desenvolvimento do adolescente e promovam o uso saudável da *internet*.

*Palavras-Chave:* Conflitos familiares, Online, Identificação, Comportamentos autolesivos, Ideação suicida

## **EXPERIÊNCIAS PARENTAIS DE LUTO APÓS PERDA GESTACIONAL: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA**

Mariana Ribeiro (mariana.r.duarte@ubi.pt)<sup>1</sup>, Ana Torres<sup>1,2</sup>, & Paula Saraiva Carvalho<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Departamento de Psicologia e Educação, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal; <sup>2</sup>CINTESIS@RISE

O presente estudo tem o intuito de compreender a relação entre a perda gestacional e as experiências de luto dos pais, através de evidência qualitativa. A pesquisa realizada nas bases de dados *Web of Science* e *Scopus*, com artigos publicados entre 2012 e 2022, incluiu 15 estudos qualitativos dos 656 artigos identificados. Como resultados, verificou-se que a dor e a tristeza ao vivenciar a perda de um filho foi um ponto comum a todos os estudos encontrados. Pais e mães enlutados descreveram dificuldade em expressar o que sentiam perante familiares e amigos que não reconheciam a sua perda, revelando ciúmes, vergonha, e sentimentos de culpa no confronto com outras mulheres grávidas. Os casais afirmaram que a morte do seu filho proporcionou mudança e crescimento. A adaptação à nova realidade revelou ser extremamente dolorosa, apesar de o trabalho de luto ser necessário e crucial de forma a integrar e aceitar a perda do bebé. O presente estudo constitui uma estratégia crucial de sistematização e atualização de resultados, essencial à transformação da intervenção dos profissionais em Psicologia da Saúde, colmatando respostas inadequadas nos serviços de saúde públicos e privados de todo o país.

*Palavras-Chave:* Perda gestacional, Luto parental, Revisão sistemática

## **INTERVENÇÃO EM GRUPO PARA FACILITAR CRESCIMENTO PÓS-TRAUMÁTICO E DIMINUIR ESTIGMA NO VIH**

Nuno Tomaz Santos (26333@alunos.ispa.pt)<sup>1</sup>, Catarina Ramos<sup>2</sup>, & Isabel Leal<sup>3</sup>

<sup>1</sup>ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>LabPSI – Laboratório de Psicologia Egas Moniz, CiiEM – Centro de Investigação Interdisciplinar Egas Moniz, Egas Moniz School of Health & Science, Caparica, Portugal; <sup>3</sup>WJCR – William James Center for Research, ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

A investigação entre crescimento pós-traumático (CPT) e VIH é escassa e a relação destas com estigma é controversa. As intervenções em grupo para facilitar CPT em amostras clínicas são eficazes, mas não existe nenhuma para diminuir estigma simultaneamente no VIH. O principal objetivo foi avaliar a eficácia de uma intervenção no aumento do CPT e na diminuição de estigma no VIH, bem como explorar relações entre variáveis. Desenho quantitativo, quase-experimental e descritivo-observacional. Amostra de 42 seropositivos adultos. O GE foi sujeito a uma intervenção de 9 semanas. Instrumentos: ICC, ICPT, PSS-10, Estigma VIH, Expressão emocional, indicadores de stress e literacia VIH, bem como capacidades. Verificou-se aumento de CPT e diminuição de estigma significativamente em todos os domínios e subescalas no GE. O GE em comparação com o GC, foi significativo no estigma ( $t_{(42)} = -3,040$ ;  $p = 0,004$ ) e na Autoimagem Negativa ( $W = -2,937$ ;  $p = 0,003$ ). A intervenção diminuiu o estigma e facilitou o desenvolvimento de CPT. A investigação

oferece mais informação sobre intervenções em grupo de CPT no VIH, sobre relações entre variáveis e conhecimentos específicos da população para profissionais.

*Palavras-Chave:* Crescimento pós-traumático, Estigma, VIH, Estudo quase-experimental

## **DYSFUNCTIONAL URINARY INCONTINENCE STRATEGIES - MEDIATION VARIABLE BETWEEN UI SYMPTOMS AND SOCIAL ISOLATION**

Marta Porto (mporto@ispa.pt)<sup>1</sup>, João Marôco<sup>1</sup>, Teresa Mascarenhas<sup>2</sup>, & Filipa Pimenta<sup>1</sup>

<sup>1</sup>WJCR – William James Center for Research, ISPA - Instituto Universitário Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Faculdade de Medicina da Universidade do Porto, Porto, Portugal

Female Urinary Incontinence (UI) may lead to Social Isolation (SI). To alleviate the impact that UI may have, women tend to self-manage symptoms and employ strategies, which can sometimes be dysfunctional and exacerbate SI. The present study aimed to understand the possible mediation role of dysfunctional UI-related strategies on the relationship between UI-symptom severity and Social Isolation. Cross-sectional Design. 1538 women who self-reported having urine loss occasionally/frequently ( $M_{age}=50.19$ ,  $DP_{age}=6.58$ ). The used measures were King's Health Questionnaire Symptom Severity Scale, UI Coping Strategies Instrument and UI Social Isolation Questionnaire. All data analyses were done with IBM SPSS Statistics and R statistical system through RStudio. Statistical Path analysis was performed using robust maximum likelihood estimation implemented in *lavaan* package to study the hypothetical association and mediation effects between the variables. The direct effect of UI Symptom Severity on Isolation is not statistically significant ( $\beta = -.104$ ,  $p = .090$ ). The effect of symptom severity on isolation is mediated by UI-related strategies. The mediation effect is .62. The model explains 63.2% of the variability of Social Isolation. The relationship between UI Symptom Severity seems to be significantly mediated by Dysfunctional Strategies. In healthcare interventions for UI, it is crucial to emphasize modifying Dysfunctional strategies to prevent SI.

*Keywords:* Dysfunctional UI strategies, UI symptom severity, Social isolation, Mediation, Functional urology

## **ADICÇÃO AO SMARTPHONE E CONSCIÊNCIA INTEROCEPTIVA**

Rui Miguel Costa (rcosta@ispa.pt)<sup>1</sup>

<sup>1</sup>William James Center for Research, Ispa – Instituto Universitário, Lisboa

Adicção a substâncias associa-se a perturbações da consciência interoceptiva (CI), a percepção consciente de sensações corporais internas. A presente investigação examina se menor CI se associa a maior adicção ao smartphone (AS) e se esta diminui com exercícios de relaxamento baseados na atenção a sensações interoceptivas. No Estudo 1, 377 participantes preencheram a Smartphone Addiction Scale – Short Version e o Multidimensional Assessment of Interoceptive Awareness. No Estudo 2, 92 mulheres completaram estas medidas antes e depois de serem alocadas aleatoriamente para uma de três condições ao longo de quatro semanas: prática de treino autogénico, prática de relaxamento muscular progressivo e condição controlo sem prática de exercícios de relaxamento. Em ambos os estudos, menor CI correlacionou-se com maior grau de AS. No Estudo 2, verificou-se que, ao contrário da condição controlo, ambas as técnicas de relaxamento levaram a uma redução da AS, mas só significativamente no caso do treino autogénico. Ademais, maior AS no início do estudo foi preditora significativa de menor CI no fim do mesmo, independentemente dos níveis iniciais de CI e da prática de exercícios de relaxamento que, por sua vez, foi preditora de maior CI no fim do estudo. Discute-se que AS e CI poderão relacionar-se bidireccionalmente.

*Palavras-Chave:* Adicção ao smartphone, Uso problemático de smartphone, Consciência interoceptiva, Treino autogénico, Relaxamento muscular progressivo

# TRAJETÓRIAS DE SENTIDO INFORMADAS PELO ISLÃO: ESTUDO QUALITATIVO COM REFUGIADOS SÍRIOS

Lisa Matos (lmatos@ispa.pt)<sup>1</sup>, & Isabel Leal<sup>1</sup>

<sup>1</sup>William James Center for Research (WJCR), ISPA - Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

Os sistemas religiosos de sentido são potencialmente facilitadores de ajustamento psicológico ao trauma, incluindo a acontecimentos extremos como guerra e tortura. Este estudo qualitativo utilizou análise temática para investigar as trajetórias de atribuição de sentido à guerra da Síria, informadas pelo Islão, em refugiados sírios muçulmanos a viver em oito distritos portugueses, tendo por base o modelo teórico de atribuição de sentido de Park (2010). Trinta e três refugiados, a maioria dos quais estudantes internacionais ao abrigo da Plataforma Global para Estudantes Sírios, participaram no estudo. Identificamos: *religious struggles* como determinante-chave de atribuição de sentido religioso; a natureza recorrente e cumulativa da procura e atribuição de sentido ao longo do processo de fuga; e a capacidade do Islão para resistir a desafios cognitivos extremos e oferecer uma narrativa de continuidade com a vida passada (i.e., pré-guerra). Os resultados destacam a necessidade de incorporar sistemas de fé e tradição religiosa nos cuidados de saúde com populações politraumatizadas não ocidentais e desafiam o conceito de ajustamento psicológico como processo com um fim claro.

*Palavras-Chave:* Espiritualidade, Coping religioso, Migrantes e refugiados, Crescimento pós-traumático, Crenças centrais

## ADAPTAÇÃO DO TEXAS REVISED INVENTORY OF GRIEF PARA A POPULAÇÃO PORTUGUESA

Tatiana Tavares (tatiana\_tavares\_98@hotmail.com)<sup>1</sup>, Marta Marques<sup>1</sup>, Afonso Gouveia<sup>2</sup>, & Jorge Encantado<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Ispa – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Unidade Local De Saúde Do Baixo Alentejo, Portugal

É toda a complexidade e singularidade do processo de luto que torna pertinente a sua avaliação e estudo, para que se possa conduzir uma melhor intervenção terapêutica. Este artigo tem como objetivo a adaptação para a população portuguesa e a avaliação das propriedades psicométricas do Inventário de Luto Revisto do Texas (TRIG). A adaptação foi realizada seguindo as guidelines de Beaton e colaboradores (2000). A amostra foi composta por 440 participantes ( $M_{idade} = 43.16$ ). Para a análise fatorial confirmatória testou-se um modelo de dois fatores (sentimentos passados e sentimentos presentes). Para a invariância entre multigrupos foram testadas a configural, métrica, escalar e a residual. As validades convergente e discriminante foram testadas entre o TRIG (e subescalas) com o PG-13, e com a BDI II, respetivamente. O modelo testado na análise fatorial confirmatória apresentou um ajuste dentro do limite aceitável. Relativamente à invariância entre multigrupos concluiu-se que existe invariância entre sexos. A consistência interna apresentou resultados significativos. A validade convergente apresentou uma correlação moderada positiva e significativa. A validade discriminante apresentou uma correlação baixa e positiva. O TRIG apresentou bons resultados psicométricos, demonstrando ser válido e fiável para a população portuguesa. Sugere-se que futuramente o TRIG seja testado com amostras específicas. helen

*Palavras-Chave:* Luto, análise fatorial, consistência interna, validade discriminante, validade convergente.

## O DASEIN NO METAVERSO

Débora de Alcantara Rulkowski (deborarulkowski@gmail.com)<sup>1</sup>

<sup>1</sup>USCS - Universidade Municipal de São Caetano do Sul, Brasil

Esta pesquisa investigou os significados das experiências imersivas dos usuários do Metaverso utilizando a plataforma VRChat. Adultos que utilizavam a plataforma semanalmente com óculos de realidade virtual participaram do estudo, e os dados foram coletados por meio de entrevistas abertas. O método fenomenológico, com análise do fenômeno situado, foi utilizado, embasado na ontologia de Martin Heidegger e na perspectiva da Psicologia Fenomenológico-Existencial. Os resultados revelaram categorias de representação para os significados das experiências, incluindo Abertura, Ser-com-os-outros, Improriedade, Angústia e Temporalidade. Os participantes relataram que as tecnologias imersivas e as plataformas de Metaverso, como o VRChat, proporcionaram novas formas de socialização positivas. Eles sentiram-se capazes de se mostrar como realmente são por meio de avatares, sem medo de serem julgados negativamente. Em contraste, consideraram as redes sociais e os aplicativos de relacionamento enganosos e superficiais. Além disso, os participantes relataram uma redução na solidão, angústia e uma ressignificação da vida, devido à proximidade proporcionada por essas tecnologias. Esses resultados indicam a importância de compreender como esses fenômenos são vivenciados como meio de socialização, visando abrir caminhos para novas formas de interação e conexão entre as pessoas.

*Palavras-Chave:* Experiências imersivas, Fenomenologia, Metaverso, Realidade virtual, VRChat.

## **EMOTION REGULATION IN DEMENTIA CAREGIVING: ROLE OF NEUROPSYCHIATRIC SYMPTOMS AND ATTACHMENT ORIENTATION**

Tânia Brandão (tbrandao@ispa.pt)<sup>1</sup>, Rute Brites<sup>2</sup>, João Hipólito<sup>2</sup>, Odete Nunes<sup>2</sup>, & Catarina Tomé Pires<sup>2</sup>

<sup>1</sup>William James Center for Research, Ispa – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>CIP-UAL, Departamento de Psicologia, Universidade Autónoma de Lisboa Luís de Camões, Lisboa, Portugal

Family caregivers are usually the main source of support for persons living with dementia, being exposed to a loved one's suffering, which can lead to experiencing strong and negative emotions. This study aimed to identify factors capable of explaining individual differences in the way caregivers regulate their emotions. This cross-sectional study included 78 informal caregivers ( $M = 64.84$  years;  $SD = 13.32$ ) and 84 controls (non-caregivers) ( $M = 77$  years;  $SD = 7.59$ ). Neuropsychiatric symptoms (NPS), attachment orientations, and emotion regulation were measured using self-report scales. Caregivers of persons living with dementia used more expressive suppression in comparison to non-caregivers. NPS and attachment avoidance were associated with expressive suppression. Moderation analyses showed that NPS only predicted expressive suppression when attachment avoidance was low or medium. The present study showed that caregivers are more likely to suppress their emotions in the presence of NPS, especially those with lower/ middle levels of attachment avoidance. Psychological interventions targeting emotion regulation should be offered especially to caregivers that face NPS of persons living with dementia and present lower/middle levels of attachment avoidance.

*Keywords:* Dementia, Neuropsychiatric symptoms, Attachment, Emotion regulation

## **EXPOSIÇÃO A ACIDENTES DE VIAÇÃO GRAVES: IMPACTOS NA SAÚDE DOS POLÍCIAS**

Lúcia Pais (lgpais.25@gmail.com)<sup>1</sup>, & Solange Nunes<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Instituto Universitário Egas Moniz, Laboratório de Grandes Eventos do ICPOL, Instituto Superior de Ciências Policiais e Segurança Interna; <sup>2</sup>Instituto Superior de Ciências Policiais e Segurança Interna.

A presença policial garante a correta participação e gestão dos acidentes rodoviários, nomeadamente quando há vítimas mortais ou feridos graves. A exposição a situações destas, potencialmente traumáticas, gera elevados níveis de stress nos polícias e conduz ao desenvolvimento de diversas

reações, sejam psicológicas, físicas ou comportamentais. Procurou-se conhecer os impactos da exposição sistemática a acidentes rodoviários com mortos e feridos graves para os operacionais de polícia que com eles lidam, e os mecanismos que utilizam para gerir as consequências daí resultantes. Realizou-se um estudo qualitativo, tendo-se entrevistado em profundidade 17 polícias da Brigada de Investigação de Acidentes de Viação da Divisão de Trânsito do Comando Metropolitano de Lisboa da PSP. Os dados recolhidos foram sujeitos a análise de conteúdo. Os resultados revelam o conteúdo do trabalho como origem dos impactos sentidos pelos polícias, as principais consequências psicológicas remetem para sintomas relacionados com fadiga por compaixão, trauma primário e ansiedade, obrigando ao recurso a um conjunto de estratégias de defesa individuais. A procura por ajuda psicológica dentro da organização não surge como opção evidente, mostrando o estigma que ainda existe face à saúde mental. Destaca-se a necessidade de uma intervenção multidimensional para promover o apoio aos polícias e minimizar o estigma.

*Palavras-Chave:* Impactos da atividade policial, Exposição a eventos traumáticos, Resposta a acidentes rodoviários, Saúde psicológica

## **USO DE PRESERVATIVO EM RELACIONAMENTOS CASUAIS E COMPROMETIDOS EM ADULTOS EMERGENTES**

Cristina Godinho (cristina.godinho@ensp.unl.pt)<sup>1</sup>, Cícero Pereira<sup>2</sup>, Ana Pegado<sup>3</sup>, Rita Luz<sup>3</sup>, & Maria-João Alvarez<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Escola Nacional de Saúde Pública, ENSP, Centro de Investigação em Saúde Pública, CISP, Comprehensive Health Research Center, CHRC, Universidade NOVA de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Instituto de Ciências Sociais, Universidade de Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>Universidade de Lisboa, Faculdade de Psicologia, CICPSI, Lisboa, Portugal.

Apesar da existência de uma variedade complexa de relacionamentos sexuais casuais (RSC), a prevalência do uso do preservativo nos diferentes RSC é raramente descrita e o impacto da sua natureza híbrida é menos conhecido. O objetivo foi descrever o uso de preservativo em diferentes RSC e comprometidos (i.e., comprometido, amigos coloridos, curte e *booty call*) e verificar se as características de relacionamento são explicativas da sua utilização. Adultos emergentes ( $n = 728$ , 18-29 anos) responderam a um inquérito avaliando tipo de relacionamento, dez características de relacionamento (e.g., compromisso, exclusividade emocional e sexual) e uso de preservativo (vaginal, oral e anal). O uso do preservativo foi mais frequente no sexo vaginal do que no sexo anal e oral e foi menos frequente nos relacionamentos comprometidos e de curte, com diferença significativa em relação aos *booty call*. A intimidade mediou todos os contrastes testados para uso de preservativo no sexo vaginal, enquanto a sexualidade mediou entre comprometidos vs. RSC no sexo anal e oral. Os resultados apontam para a necessidade de considerar a diversidade de RSC para a compreensão do uso do preservativo e destacam o papel da intimidade e da sexualidade enquanto mecanismos relevantes, com implicações para intervenções neste âmbito.

*Palavras-Chave:* Uso do preservativo, Relacionamentos casuais, Relacionamentos comprometidos, Características dos relacionamentos, Adultos emergentes

## **PRÁTICAS EDUCATIVAS MATERNAS E PATERNAS COM MULHERES E HOMENS EM PRIVAÇÃO DE LIBERDADE**

Gabriela Ormeño<sup>1</sup>, & Lais Kreutzer<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal do Paraná – UFPR, Curitiba/PR, Brasil.

Os estudos demonstram que os comportamentos infracionais são desenvolvidos principalmente por indivíduos nos quais as práticas parentais foram ineficazes, por esse motivo esta pesquisa tem como objetivo caracterizar os estilos parentais e históricos infracionais com jovens privados de liberdade. A metodologia usada foi um estudo qualitativo, realizada no período de cinco dias na região metropolitana de Curitiba/PR sendo quatro dias para a realização do grupo focal e um dia para a



aplicação dos instrumentos Inventário de Estilos Parentais (IPE) e Inventário de Histórico Infracional Familiar (IHIF). Os participantes foram cinco mulheres e quatro homens que se encontravam em privação de liberdade e que passaram pelo sistema socioeducativo, com idade média de 22,2 anos. Durante a pesquisa foram desenvolvidas atividades com o intuito da criação de vínculo, aplicação de três instrumentos para coleta de dados e uma entrevista semiestruturada. Conforme os resultados, todos os participantes apresentam estilos parentais de risco e valores de média e alta prevalência de comportamento infrator entre os membros familiares, o que leva como consequência comportamento antissocial e consequentemente infracional de adolescentes.

*Palavras-Chave:* Estilos parentais, Histórico infracional, Privação de liberdade, Cárcere.

## **FATORES DETERMINANTES DA ADEÇÃO À APLICAÇÃO MÓVEL STAYAWAY COVID**

Ivandra Araújo<sup>1</sup>, Carina Silva<sup>1,2</sup>, & Ana Grilo (ana.grilo@estesl.ipl.pt)<sup>3,4</sup>

<sup>1</sup>ESTeSL –Escola Superior de Tecnologia da Saúde, Instituto Politécnico de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Centro de Estatística e Aplicações, Faculdade de Ciências da Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>H&TRC – Health & Technology Research Center, ESTeSL – Escola Superior de Tecnologia da Saúde, Instituto Politécnico de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>4</sup> CICPSI, Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal.

A aplicação móvel STAYAWAY COVID foi desenvolvida em Portugal para rastrear infetados com SARS-CoV-2 e notificar os contactos do potencial risco de contágio. Este estudo pretendeu identificar quais os fatores associados com a adesão à esta aplicação móvel através da perceção dos estudantes, dos docentes e dos funcionários não docentes dos Institutos Politécnicos em Portugal. Estudo observacional, transversal com recurso a dois questionários, elaborados com base na Teoria Comportamental de Aceitação da Tecnologia. Participaram no estudo 2025 indivíduos (66,7% são do género feminino, 54,2% têm idade entre os 16 e os 24 anos, 72,9% são estudantes e 46,6% usam a STAYAWAY). Os construtos mais associados com a intenção de uso são: expectativa de desempenho ( $rs=0,662$ ) e influência social ( $rs=0,474$ ). E com a intenção de continuidade de uso são: expectativa de desempenho ( $rs=0,555$ ). e condições facilitadoras ( $rs=0,440$ ). “Abertura” à inovação não mostrou associação significativa com a intenção de uso. A aplicação STAYAWAY COVID revelou-se como uma ferramenta com uma grande potencialidade para o combate de uma pandemia desta magnitude. Os resultados oferecem contributos para o desenvolvimento de estratégias para melhorar e promover a adesão a aplicações moveis desta natureza.

*Palavras-Chave:* STAYAWAY COVID, UTAUT, *m-health*, Covid-19, Portugal.

## **ESTUDO DE STRESS, COPING E SAÚDE MENTAL NOS PORTUGUESES**

Graça Blanco (grablan@gmail.com)<sup>1</sup>, & José Luís Pais-Ribeiro<sup>2,3</sup>

<sup>1</sup>ISPA - Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>William James Center for Research, ISPA - Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação Universidade do Porto, Porto, Portugal

Avaliámos a perceção de stress e da saúde mental, e os estilos de *coping* em 615 portugueses ( $M=38,75$ ;  $DP=14,88$ ). O material usado foram as escalas PSS-10 e BriefCOPE e autoavaliação da saúde mental por um único item. Os estilos de *coping* mais usados foram o *coping* ativo e o planeamento. Confirmou-se que os estilos de *coping* são preditores do stress percebido e da saúde mental e que diminuem o impacto do stress na autoavaliação da saúde mental. Ficou demonstrada a correlação negativa entre o stress percebido e a autoavaliação da saúde mental. Os grupos com maior stress, maior recurso a respostas menos adaptativas e com saúde mental mais medíocre foram as mulheres, os mais jovens e as pessoas com doenças graves, resultados que conduzem à reflexão, nomeadamente nos programas de saúde pública. A intervenções deverão esbater a neutralidade dos padrões de atuação e potenciar o recurso de estilos de *coping* mais adaptativos. A autoavaliação da

saúde mental, medida por um único item, corroborou estudos anteriores, sustentando-se como bom indicador da saúde mental e como medida de monitorização da saúde mental das populações.

*Palavras-Chave:* Stress, Coping, Autoavaliação da saúde mental, Adultos portugueses

## **COMO AVALIAM OS PORTUGUESES A SUA SAÚDE MENTAL E O APOIO PSICOLÓGICO?**

Graça Blanco (grablan@gmail.com)<sup>1</sup>, & José Luís Pais-Ribeiro<sup>2,3</sup>

<sup>1</sup>ISPA - Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>William James Center for Research, ISPA - Instituto Universitário, Lisboa, Portugal;

<sup>3</sup>Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação Universidade do Porto, Porto, Portugal

Pretendeu-se estudar como os portugueses avaliam a sua saúde mental e as atitudes face à procura de apoio psicológico profissional. 615 portugueses, com média de idades de 38,75 anos ( $DP=14,88$ ) autoavaliaram a sua saúde mental por um único item e completaram a escala atitudes face ao apoio psicológico profissional (ATSPPH-SF). Os portugueses avaliaram favoravelmente o apoio psicológico profissional, principalmente as mulheres e quem já recorreu a esse serviço; os mais jovens e sujeitos com maior nível de escolaridade dão maior valor ao apoio psicológico profissional. A grande maioria dos participantes autoavaliou como positivo o seu estado psicológico. Os grupos com valores de saúde mental mais medíocre foram as mulheres, os mais jovens, as pessoas com doenças graves e aqueles com apoio psicológico profissional, sendo também os que apresentaram atitudes mais favoráveis. Os resultados permitem refletir sobre o estado psicológico dos portugueses, podendo repercutir-se em programas de saúde pública direcionados para as populações identificadas como mais vulneráveis e para os menos dispostos a ter acompanhamento psicológico profissional.

*Palavras-Chave:* Adultos portugueses, Procura de apoio psicológico profissional, Autoavaliação da saúde mental, Medida de um item

## **INTERVENÇÃO EM GRUPO COM ADOLESCENTES: A ESPERANÇA EM CENA**

Cláudia da Silva (claudia.yaisa@usp.br)<sup>1</sup>, & Ivonise da Motta<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo (IPUSP), São Paulo, Brasil

Adolescentes inseridos em programas de bem-estar e saúde mental podem alcançar benefícios no desenvolvimento emocional. A partir da perspetiva do pediatra e psicanalista inglês D. W. Winnicott, este estudo objetiva explorar as repercussões de intervenções sobre a capacidade para esperança no viver, em adolescentes em acolhimento institucional no Brasil. Trata-se de um estudo qualitativo, de pesquisa-ação, com Rodas de Conversa com quatro adolescentes do gênero feminino. O método de análise de dados foi a análise de discurso. Os resultados evidenciaram melhora na comunicação, na confiança, na perspetiva de futuro e na esperança das participantes. A proposta dos encontros, mediados por uma psicóloga, contribuiu para o sentimento de confiança das adolescentes. Winnicott evidencia que para indivíduos que sofreram privações, a previsibilidade do ambiente facilita a confiabilidade na relação, isso pôde ser observado no vínculo com as participantes. Nos encontros, as adolescentes vislumbraram um futuro positivo, diferente do passado, manifestando a crença na capacidade de criar, fazer escolhas e encontrar o que se necessita. A contribuição do estudo para a Psicologia da Saúde está em um modelo de intervenção a ser aplicado em instituições sociais com públicos em situação de risco ou violação de direitos, contribuindo para a equidade em saúde mental.

*Palavras-Chave:* Adolescência, Esperança, Psicanálise, Saúde mental, Confiabilidade

## **TRADUÇÃO E VALIDAÇÃO DA ESCALA DMS PARA A COMUNIDADE CIGANA PORTUGUESA**

Tiago Melo Pereira (tiagomelopereira@edu.ulisboa.pt)<sup>1</sup>, Sara Martinho<sup>2</sup>, & Miguel Barbosa<sup>1,3</sup>

<sup>1</sup>Faculdade de Medicina, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Centro de Investigação e Intervenção Social, ISCTE - Instituto Universitário de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>Centro de Investigação em Ciência Psicológica (CICPSI), Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal.

A perceção de discriminação pelos doentes em contextos de saúde está associada a piores indicadores de saúde. Em Portugal, são poucas as escalas validadas para avaliar a discriminação em cuidados de saúde. Este estudo teve como objetivos traduzir e validar a *Discrimination in Medical Settings (DMS) Scale* para a população portuguesa, avaliar experiências de discriminação baseada na etnia em contextos de saúde e avaliar a relação entre a discriminação percecionada, a perceção individual de saúde e a confiança nos cuidados de saúde. 84 adultos de etnia cigana preencheram um questionário composto pela escala DMS, 5-itens referentes a microagressões em contextos de saúde, 2-itens sobre a perceção de saúde e confiança nos cuidados e uma pergunta aberta sobre outras experiências de discriminação. A discriminação global percecionada a partir da DMS teve uma média de 2.46 e verificou-se uma correlação negativa entre a discriminação e a perceção de saúde e entre a discriminação e a confiança nos cuidados de saúde. DMS revelou-se um instrumento de fiável para avaliar a discriminação percecionada nos cuidados de saúde. Os níveis de discriminação percecionada pela população cigana portuguesa foram elevados e associados a uma menor perceção individual de saúde e menor confiança nos cuidados de saúde.

*Palavras-Chave:* Discriminação, Cuidados de saúde, Ciganos, Microagressões, Minorias étnicas.

## **INDICADORES DE DESCONFORTO EMOCIONAL DURANTE AS FASES DO VOO**

Jackeline Caporossi (jackeline.psico01@gmail.com)<sup>1</sup>, Ana Laura Parlato<sup>1</sup>, Francisco Lotufo Neto<sup>2</sup>, & José de Menezes<sup>3,4</sup>

<sup>1</sup>UCES – Universidad de Ciencias Sociales y Empresariales, Buenos Aires, Argentina; <sup>2</sup>USP – Universidade de São Paulo, São Paulo, Brasil; <sup>3</sup>Pontifícia Universidade Católica de Goiás - PUC/GO, Brasil; <sup>4</sup>Instituto Federal de Goiás - IFG (Goiânia/GO - Brasil)

A crescente demanda pelo transporte aéreo no Brasil e no mundo, a segurança das aeronaves aumentou significativamente, porém o medo de voar ainda é um problema real para muitas pessoas, e pode levar a um desconforto emocional significativo antes, durante e após o voo. O objetivo foi levantar a presença de indicadores de desconforto emocional durante as principais etapas do voo. Abordagem qualitativa e quantitativa. Estudo exploratório descritivo. Participaram 401 passageiros de voos domésticos da LATAM Airlines Brasil. Os dados foram coletados no Aeroporto Internacional de Cuiabá/MT, em novembro de 2022. Os resultados demonstraram um baixo nível de ansiedade e de desconforto emocional durante as etapas do voo. As mulheres apresentaram maior nível de ansiedade e de desconforto emocional. Identificou-se maior desconforto na fase de aterrisagem, sendo que os principais gatilhos destes indicadores estão relacionados às variáveis independentes, como turbulência ou outras intercorrências durante o voo. O conforto emocional foi identificado, no que se refere a comunicação da tripulação a bordo, principalmente do comandante. Os resultados encontrados contribuem para outros estudos baseados nas possibilidades de intervenções nas principais variáveis que dão origem a estes indicadores, para proporcionar um voo com maior conforto e segurança emocional para os passageiros.

*Palavras-Chave:* Desconforto emocional, Fases do voo, Aviofobia

## **EMOÇÕES E SENTIMENTOS DE BRASILEIROS(AS) E PORTUGUESES(AS) DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19**

Lyria Reis (lreis@uab.pt)<sup>1</sup>, & Ana Mateus Silva<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Aberta, CEMRI- SCD, Lisboa, Portugal.

Durante a pandemia da Covid-19 as pessoas manifestaram emoções e sentimentos diferentes perante a situação que viviam no momento devido às alterações a nível individual, familiar e da sociedade em geral. Tendo por base esta realidade, o presente estudo teve como questão de partida: Como se

manifestaram as emoções e sentimentos nos(as) brasileiros(as) e portugueses(as) durante a pandemia Covid-19 e por objetivo analisar as emoções e sentimentos referidos por estes indivíduos durante a pandemia da Covid-19. Esta comunicação resulta de uma pesquisa mais ampla, realizada através de um questionário sociodemográfico com perguntas abertas e fechadas, efetuado no Google Forms, aplicado online em maio de 2020. Neste questionário foram abordadas as emoções e sentimentos que estas pessoas desenvolveram durante a pandemia. A amostra foi de 438 participantes, 181 indivíduos portugueses(as) e 257 brasileiros(as). A análise de dados foi realizada através de estatística descritiva e análise de discurso. Verificou-se que nos dois países, as emoções mais manifestadas foram medo e tristeza e a nível dos sentimentos negativos foram os/as brasileiros que apresentaram percentagens mais elevadas tais como: mau humor, desespero e ansiedade. Este estudo contribuiu para conhecer emoções e sentimentos desenvolvidos por brasileiros(as) e portugueses (as) durante a pandemia Covid-19.

*Palavras-Chave:* Pandemia, Covid-19, Brasileiros, Portugueses, Sentimentos, Emoções

## **SAÚDE MENTAL DAS MULHERES: DESAFIOS PARA A INVESTIGAÇÃO PSICOLÓGICA CLÍNICA E EPIDEMIOLÓGICA**

Renata Bellenzani (renata.bellenzani@ufpr.br)<sup>1</sup>, Bruna BONES<sup>1</sup>, & Ana Cristina Ribas dos Santos<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal do Paraná, Brasil; <sup>2</sup>Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, Brasil

Há uma contradição desafiadora na pesquisa em saúde mental feminina. Investiga-se a determinação social da depressão e condutas suicidas em mulheres de duas capitais brasileiras. Analisam-se achados e conclusões de estudos quantitativos/epidemiológicos, juntamente com estudo qualitativo (entrevistas), explorando histórias e modos de vida de 40 mulheres assistidas pelo sistema de saúde. Referenciais: saúde coletiva latino-americana, atenção psicossocial, feminismo marxista e psicologia histórico-cultural. Predominam nas pesquisas análises reducionistas que descontextualizam indivíduos e adoecimentos “mentais” da totalidade histórico-social; mais descrições que explicações; reducionismos e individualização das causas. Toda complexidade da condição feminina é subsumida, equivocadamente, no “sexo feminino” como “determinante de risco”. Embora únicas/singulares, as experiências impactantes da integridade psíquica das participantes estão lastreadas no racismo e no patriarcado/machismo incorporados ao capitalismo. Concluiu-se a corrente dos Determinantes Sociais da Saúde (multicausalidade fatorial) contribui na superação do determinismo biológico no debate etiológico, contudo, se apropriada pela epidemiologia positivista-funcionalista, não avança na elucidação das mediações por trás das estatísticas, sendo imprescindíveis as ciências humanas/sociais na análise de processos multidimensionais estruturais atuantes sobre a saúde mental. Só uma ciência psicológica em defesa da vida de todas as mulheres será mais capaz de orientar políticas intersectoriais multidimensionais, bem como as lutas feminista, antirracista e anticapital.

*Palavras-Chave:* Saúde mental, Determinação social da saúde, Psicologia da saúde, Mulheres, Transtornos mentais

## **ESCUTA DE VOZES E SAÚDE MENTAL: DESENVOLVIMENTO ONTOGENÉTICO NO MOVIMENTO HISTÓRICO-SOCIAL**

Renata Bellenzani (renata.bellenzani@ufpr.br)<sup>1</sup>, Victória Klepa<sup>1</sup>, Renata Martins<sup>1</sup>, & Melissa de Almeida<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal do Paraná-Brasil

Segundo a psicologia histórico-cultural e teoria da determinação social, o curso da saúde-doença e o desenvolvimento psicológico, típico e atípico (psicopatologias) são regidos pelas mesmas leis. O estudo objetiva elucidar processos gerais articulados aos singulares que atuam no psiquismo e contribuem/contribuíram para o desenvolvimento da escuta de vozes e deterioração da saúde mental. Pesquisa qualitativa em curso (três entrevistas das dez previstas) com pessoas adultas atendidas em serviços de saúde e grupos de apoio. Identificam-se vivências mais significativas em cada período do

desenvolvimento articuladas a processos desestabilizadores na família, escolarização, afetividade-sexualidade, trabalho, religiosidade, instituições de saúde, que remetem ao machismo/sexismo/heteronormatividade e racismo, incorporados à exploração/opressão de classe. Situações traumáticas e negligência de cuidados, conflitos interpessoais e insegurança laboral, frustram necessidades legítimas, criam estresse contínuo e mobilizam esforços para cumprir papéis e exigências estereotipadas ou para as quais não se têm os meios adequados. As vozes representam enigmas/metáforas concatenadas às histórias de vida e suas vicissitudes mediadas pelas inserções de classe/raça/gênero/geração/nacionalidade. Indicam resistência e reações da personalidade às imposições adversas do meio. O entendimento do fenômeno pode derivar propostas em Psicologia da Saúde, Saúde Mental e políticas de proteção aos indivíduos em situações de alto risco potencial à integridade psíquica.

*Palavras-Chave:* Ouvidores de vozes, Alucinações auditivas, Saúde mental, Determinação social, Psicologia histórico-cultural

## **MÁQUINAS DE VENDA AUTOMÁTICA NUM CAMPUS UNIVERSITÁRIO: QUALIDADE NUTRICIONAL E PERCEÇÃO DOS CONSUMIDORES**

Marília Prada (marilia\_prada@iscte-iul.pt)<sup>1</sup>, Magda Saraiva<sup>2</sup>, Margarida Garrido<sup>1</sup>, & David Rodrigues<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Iscte-Instituto Universitário de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>ISPA-Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

Com vista a combater o excesso de peso e obesidade na população portuguesa, têm sido implementadas medidas que regulam a oferta alimentar em estabelecimentos de ensino, incluindo a oferta em máquinas de venda automática (MVA). Porém, tal legislação não se aplica ao ensino superior. Ainda que as MVA sejam frequentemente usadas devido à sua acessibilidade e conveniência, estudos prévios têm sugerido que a oferta é habitualmente pobre em termos nutricionais. O Estudo 1 avalia a qualidade nutricional da oferta em MVA de um campus universitário em Lisboa ( $n=1356$  produtos). O Estudo 2 explora quantitativa/qualitativamente a perceção dos estudantes e funcionários ( $n= 354$ ) acerca dos produtos existentes e que alternativas consideram desejáveis. Verificou-se que a maioria das bebidas continham um teor moderado de açúcar e baixo de sal e gordura. Porém, muitas categorias de alimentos (e.g., bolachas, pastelaria) apresentavam um elevado teor de açúcar e gordura. Os consumidores associam a oferta MVA a produtos não-saudáveis, convenientes e açucarados, avaliando-a também como pouco amiga do ambiente, altamente calórica e processada, expressando a necessidade de mudança (e.g., disponibilização de produtos como frutas/saladas). Os resultados são informativos para administradores/serviços de saúde/serviços de alimentação membros da comunidade educativa que desejem desenvolver políticas de campus para promover uma alimentação saudável.

*Palavras-Chave:* Alimentação saudável, Ensino superior, Qualidade nutricional, Perceção dos consumidores

## **EFICÁCIA DE INTERVENÇÃO MULTICOMPONENTES NO AUMENTO DO BEM-ESTAR PSICOLÓGICO EM CUIDADORES INFORMAIS**

Sara Lima (sara.lima@ipsn.cespu.pt)<sup>1,2,3</sup>, Susana Pedras<sup>1,2</sup>, Raquel Carvalho<sup>4</sup>, & Helena Correia<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Instituto Politécnico de Saúde do Norte-CESPU; <sup>2</sup>iHealth4Well-being - Unidade de Investigação para a Inovação em Saúde e Bem-Estar – Research Unit, Instituto Politécnico de Saúde do Norte, CESPU; <sup>3</sup>Unidade de Investigação em Toxicologia- TOXRun; <sup>4</sup>Centro Social de Requião, Projeto Cuidar Maior

Os cuidadores informais são propensos ao desenvolvimento da síndrome de sobrecarga e de sintomas depressivos e ansiosos em resposta às exigências de prestação de cuidados. No entanto, o cuidar pode exercer uma influência positiva na perceção de bem-estar do cuidador informal. Estudo descritivo e quantitativo com dois momentos de avaliação, antes (pré) e depois (pós) de uma intervenção psicossocial de multicomponentes de três meses com 11 sessões, e que envolveu sessões domiciliárias

e em grupo numa junta de freguesia. Foram utilizados os seguintes instrumentos: Inventário de Ansiedade e de Depressão de Beck; a Escala de Sobrecarga do Cuidador de Zarit, e as Escalas de Bem-estar Psicológico de Ryff. Neste projeto participaram 279 cuidadores informais, na sua maioria mulheres (83,9%,  $n=234$ ), filha/a (35,5%) ou cônjuge (24%) da pessoa cuidada, em situação de desemprego (40,5%), com o 4º ano de escolaridade (41%) e 55 anos de idade ( $DP=10,9$ ). A intervenção psicossocial exerceu um efeito positivo e significativo nas variáveis avaliadas ( $p<0,001$ ). Os programas intervenção multidisciplinares e multicomponentes mostram-se eficazes na diminuição dos *distress* psicológico pelo que se torna importante desenvolver programas de intervenção na comunidade de forma a melhorar o bem-estar e psicológicos nos cuidadores informais. *Palavras-Chave:* Cuidadores informais, Sobrecarga, Bem-estar, Depressão, Ansiedade

## INTELIGÊNCIA EMOCIONAL E AUTOEFICÁCIA NA DOR CRÓNICA

Joana Damas (36295@ufp.edu.pt)<sup>1</sup>, Rute Meneses<sup>2</sup>, & Virgínia Rebelo<sup>3</sup>

<sup>1</sup>FCHS, Universidade Fernando Pessoa, Portugal; <sup>2</sup>FCHS, FP-IBID, CTEC, Universidade Fernando Pessoa, Portugal; <sup>3</sup>Centro Hospitalar Universitário de São João, Porto, Portugal

Em indivíduos com dor crónica (DC), as emoções têm um papel preponderante, podendo interferir na perceção de intensidade e a nível cognitivo, com a presença de crenças disfuncionais e, por vezes, ausência da confiança de que é possível ultrapassar o momento doloroso. Assim, os objetivos do estudo são: caracterizar a inteligência emocional (IE) e a autoeficácia (AE) de indivíduos com DC; e explorar a relação entre IE e AE em função da DC. Responderam presencialmente a um Questionário Sociodemográfico e Clínico desenvolvido para o efeito, ao Questionário de Regulação Emocional, à General Self Efficacy Scale e ao Módulo de AE para a Dor, elaborado para este estudo, 120 pacientes adultos da consulta de Psicologia-Dor de um Hospital público (estudo transversal). A reavaliação cognitiva e a supressão emocional (IE) apresentaram valores médios superiores aos descritos na literatura. A AE da amostra encontrava-se em níveis inferiores ao estado da arte e à média da população portuguesa. A AE demonstrou uma relação com a supressão emocional em indivíduos com dor moderada e com a reavaliação cognitiva na dor intensa. Os resultados reforçam a pertinência de focar a IE e a AE na intervenção junto de indivíduos com DC.

*Palavras-Chave:* Inteligência emocional, Dor crónica, Autoeficácia, Autoeficácia para a dor crónica.

## PERFIL PSICOEMOCIONAL DE PAIS E AVÓS DE CRIANÇAS COM DOENÇA ONCOLÓGICA: RESULTADOS PRELIMINARES

Sara Lima (sara.lima@ipsn.cespu.pt)<sup>1,2</sup>, Raquel Esteves<sup>1,2</sup>, Clarisse Magalhães<sup>1,2</sup>, Carmen Queirós<sup>1,2</sup>, Elisabete Sousa<sup>3</sup>, Daiana Menezes<sup>2</sup>, Rosana Moysés<sup>2,4</sup>, & Ana Isabel Teixeira<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Instituto Politécnico de Saúde do Norte-CESPU; <sup>2</sup>Unidade de Investigação para a Inovação em Saúde e Bem-Estar- iHealth4Well-being, Unidade de Investigação em Toxicologia TOXRUN; <sup>3</sup>IPO – Instituto Português de Oncologia, Porto; <sup>4</sup>Faculdade de Medicina, Universidade Federal do Amazonas, Brasil

O diagnóstico de doença oncológica na criança é um acontecimento de vida que acarreta angústia na família, exigindo a adaptação a uma nova realidade. O envolvimento dos avós durante o tratamento promove a aproximação e coesão dentro da estrutura familiar permitindo aos avós gerir e controlar melhor o seu *distress* e a sua instabilidade emocional. Os conteúdos digitais de fácil acesso, permitem o desenvolvimento de competências instrumentais e de gestão emocional. Pretende-se avaliar o perfil psicoemocional dos pais e avós de crianças com doença oncológica e desenvolver conteúdos *web-based* para responder a estas necessidades. É um estudo transversal, quantitativo e experimental, desenvolvido no IPO do Porto. Foram aplicadas as escalas de Apoio Social Funcional, APGAR de Família e Brief Symptom Inventory BSI-18. A amostra é constituída por 41 pais e 17 avós. Os resultados preliminares demonstram que *distress* emocional, no qual a depressão está correlacionada negativamente com o apoio social funcional, e a ansiedade correlacionada negativa com a idade. É

importante a intervenção para reduzir ansiedade e depressão, sobretudo nos mais novos. O desenvolvimento de intervenções psicoeducativas através de conteúdos digitais de fácil acesso, podem ser uma ferramenta facilitadora ao nível emocional e na busca de apoio social instrumental.

*Palavras-Chave:* Distress Psicológico, Doença oncológica, Conteúdos web-based, Avós, Oncologia pediátrica, Gestão emocional

## **SENDO DE COERÊNCIA DE PAIS DE CRIANÇAS COM DEFICIÊNCIA**

Anália Rosário Lopes (analia.lopes@unila.edu.br)<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal da Integração Latino-Americana – UNILA, Brasil

O conceito Senso de Coerência (SOC) se propõe a explicar o porquê de algumas pessoas permanecerem saudáveis frente a situações estressantes e outras adoecerem. O SOC é composto por três componentes permitindo ao indivíduo atuar e enfrentar as adversidades da vida, sendo: compreensibilidade, manejo e significado. O objetivo do estudo foi identificar o SOC de pais que cuidam de crianças com deficiência. Trata-se de um estudo observacional transversal com os pais de crianças que frequentam uma associação que atende deficiência intelectual e múltipla em Foz do Iguaçu, Brasil. Para coleta de dados foi utilizado o QSOC versão completa validada no Brasil. Participaram do estudo 77 pais, a maioria mulheres (87,2%), com média de idade de 41,6 anos. Apenas 21,1% praticam atividade física, 96,2% são o principal cuidador e 47,4% não possuem rede de apoio. Quanto ao SOC, 29,9% tiveram classificação alta, 64,9% média e 5,2% baixa. Discriminando os componentes do SOC, a compreensão foi o componente mais baixo e o significado o mais alto. A população em estudo pode se beneficiar com estratégias que busquem compreender o papel das variáveis psicológicas na manutenção da saúde e enfrentamento ao estresse, aumentando assim o SOC e promovendo saúde.

*Palavras-Chave:* Estresse, Estratégias de enfrentamento, Psicologia da saúde, Promoção da saúde, Senso de coerência

## **QUÃO FELIZES SE SENTEM CRIANÇAS E ADOLESCENTES HOSPITALIZADAS EM UMA UNIDADE PEDIÁTRICA?**

Gabriela Ferreira (gabriela.m.m.ferreira@gmail.com)<sup>1</sup>, Teresa Freire<sup>1</sup>, & Almerinda Pereira<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Escola de Psicologia, Universidade do Minho, Portugal; <sup>2</sup>Departamento de Pediatria, Hospital de Braga, Braga, Portugal

A hospitalização de crianças e adolescentes pode conduzir a reações negativas com impacto no seu desenvolvimento positivo. Os recursos individuais podem ter uma influência positiva, melhorando indiretamente a saúde. Este estudo analisou a contribuição das variáveis sociodemográficas, clínicas e psicológicas para o sentimento de felicidade durante a hospitalização. Este é um estudo transversal realizado com crianças e adolescentes hospitalizados na Unidade Pediátrica de um Hospital da região Norte de Portugal, que responderam à Escala de Esperança para Crianças, Escala de Afeto Positivo e Negativo, e Escala de Depressão, Ansiedade e Stress - Crianças. Sentir-se feliz durante a hospitalização foi avaliado por um único item por meio da escala de "faces". Participaram 101 crianças e adolescentes (51,5% raparigas) com idades entre 10 e 17 anos ( $M = 14$ ,  $DP = 2,35$ ). A hospitalização programada, níveis mais elevados de afeto positivo e maior esperança contribuíram para maior sentimento de felicidade durante a hospitalização, explicando 30% da variância. O sentimento de felicidade durante a hospitalização deve ser considerado uma variável pediátrica relevante quando se consideram os tratamentos médicos de crianças e adolescentes e pode trazer implicações clínicas para a intervenção a nível individual, dentro ou fora do ambiente hospitalar.

*Palavras-Chave:* Hospitalização, Crianças e adolescentes, Felicidade, Afeto, Esperança, Distress.

## **QUALIDADE DO SONO E STRESS EM DOCENTES DO ENSINO SUPERIOR**

Teresa Guimarães (tguimaraes@estesl.ipl.pt)<sup>1</sup>, Ana Faria<sup>1</sup>, Catarina Amaro<sup>1</sup>, Catarina Gonçalves<sup>1</sup>, Joana Belo<sup>1,2</sup>, & Virgínia Fonseca<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Escola Superior de Tecnologia da Saúde, Instituto Politécnico de Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>H&TRC-Health & Technology Research Center, ESTeSL- Escola Superior de Tecnologia da Saúde, Instituto Politécnico de Lisboa, Portugal.

A atividade docente tem sido associada a níveis elevados de *stress* e diminuição da qualidade do sono. É objetivo deste trabalho avaliar a qualidade do sono e identificar níveis de *stress* de docentes do ensino superior, caracterizando a relação entre ambos. Estudo observacional-descritivo transversal, com amostra de conveniência de 68 docentes do ensino superior, de ambos os sexos e idade 31-68 anos ( $M=50,81$ ;  $DP=8,78$ ), sem patologia do sono e/ou medicação que o afete, que completaram, online, o *Sleep Hygiene Index*, a *Epworth Sleepiness Scale*, o *Pittsburgh Sleep Quality Index* e o Questionário de *Stress* nos Professores do Ensino Superior. 39,7% dos participantes apresenta má qualidade do sono, 60,3% revela maus hábitos de sono (higiene do sono) e 30,9% sonolência diurna. 75% revela níveis moderados de *stress*. Verificou-se uma correlação significativa do *stress* com qualidade do sono ( $rs(66)=0,40$ ;  $p=0,001$ ) e higiene do sono ( $rs(66)=0,32$ ;  $p=0,007$ ). A associação entre *stress* e qualidade do sono e a adoção de maus hábitos de sono pelos docentes do ensino superior, sublinha a importância da promoção da saúde mental, que constitua sinal de alerta para esta população e contextualize ações potenciadoras da mudança de comportamentos e consequente melhoria da qualidade de vida.

*Palavras-Chave:* Qualidade do sono, Higiene do sono, Stress, Docentes do ensino superior

## **A INFLUÊNCIA DOS ASPECTOS TRANSCULTURAIS NA SAÚDE DE IMIGRANTES**

Claudia Giacomoni (giacomonich@gmail.com)<sup>1</sup>, & Emilly Martins<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Brasil

O número de migrantes internacionais em 2019 chegou à marca de 272 milhões de pessoas. Em comum, essas pessoas enfrentam a adaptação a um novo contexto e uma nova inserção sociocultural. A psicologia transcultural busca investigar de que maneira os fatores culturais influenciam no desenvolvimento e na manifestação do comportamento humano individual. Assim, o objetivo geral deste estudo foi realizar uma revisão teórica não-sistemática para investigar o impacto da migração na saúde mental e saúde positiva de imigrantes. O desenho deste estudo é qualitativo e os participantes são imigrantes voluntários. Os resultados apontam que o estresse aculturativo pode contribuir no desenvolvimento de transtornos mentais. Além disso, estudos afirmam que o risco de psicopatologias não é determinado pela migração, mas sim, pelas experiências traumáticas experienciadas e a vulnerabilidade do imigrante durante o processo migratório. No tocante a saúde positiva, as condições socioeconômicas, acesso a saúde, o estabelecimento de relações positivas com nativos e o sentimento de crescimento pessoal tem sido vistos como fatores primordiais para uma migração bem-sucedida. Por fim, destaca-se que a contribuição para a Psicologia da Saúde reside na necessidade de uma avaliação das condições relacionados à migração em diferentes níveis, a saber: individual, familiar, comunitário, cultural e social.

*Palavras-Chave:* Saúde mental, Saúde positiva, Imigração, Psicologia transcultural, Psicologia da saúde.

## **AJUSTAMENTO PSICOSSOCIAL: EFEITOS DO TEATRO RADIOFÓNICO EM CONTEXTO DE RECLUSÃO**

Isabel Silva (isabel.silva@ipiaget.pt)<sup>1,2</sup>, Pedro Marques<sup>1</sup>, Ana Bárto<sup>1,3</sup>, & Andreia Nisa<sup>1</sup>

<sup>1</sup>RECI—Research Unit in Education and Community Intervention, Instituto Piaget-ISEIT/Viseu, Viseu, Portugal; <sup>2</sup>Centre for Functional Ecology-Science for People & the Planet (CFE), TERRA Associate Laboratory, Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal; <sup>3</sup>I2P—Portugalense Institute for Psychology, Universidade Portucalense, Porto, Portugal



A literatura contemporânea sugere que programas de intervenção artística em contextos de privação de liberdade influenciam positivamente o ajustamento psicossocial dos reclusos e as suas relações com os outros. No entanto, os estudos empíricos a nível nacional ainda são escassos. O presente estudo *quasi-experimental* objetivou analisar o efeito de um programa de intervenção artística, estruturada em formato de teatro radiofónico, na autoeficácia, autocontrolo e *distress* numa amostra de reclusos. A amostra foi constituída por 37 reclusos (21 do grupo de controlo; 16 do grupo de intervenção) de um estabelecimento prisional do interior do país. Os participantes completaram a Escala de Autoeficácia Geral, a Escala Breve de Autocontrolo e a Escala de *Distress* Psicológico de Kessler. Os resultados preliminares sugerem que o autocontrolo apresentou melhorias significativas da *baseline* para o período pós-intervenção apenas no grupo que recebeu o programa. Essa diferença apresentou um tamanho de efeito moderado ( $p=0,044$ ; *Cohen's d* =0,55). Este estudo aponta assim que atividades artísticas como o teatro radiofónico apresentam potencial para melhorar aspetos psicossociais promotores da regulação emocional, sendo necessária a continuidade de investigação nesta área.

*Palavras-Chave:* Ajustamento psicossocial, Reclusos, Intervenções artísticas, Autocontrolo, Adaptação

## **PESSOAS LGB+ COM PROBLEMAS SEXUAIS: COMO DEFINEM O PRAZER SEXUAL? ESTUDO QUALITATIVO**

Andreia Mão<sup>1</sup>, Edna Martins<sup>1</sup>, & Patrícia Pascoal (patricia.pascoal@ulusofona.pt)<sup>1</sup>

<sup>1</sup>HEI-Lab, Digital Human-Environment Interaction Labs, Universidade Lusófona, Lisboa, Portugal

O prazer sexual contribui significativamente para o bem-estar geral. Pretendemos expandir a compreensão do prazer sexual percebendo como as pessoas LGB+ (lésbica, gay, bissexual e outras orientações sexuais minoritárias) que relatam ter problemas sexuais definem o prazer sexual quer solitário quer em parceria. Foi realizado um estudo transversal exploratório online com 85 pessoas LGB+ que relatam sentir que têm problemas sexuais. Realizámos análise de conteúdo sumativa. Em relação ao prazer sexual solitário, foram criadas 5 categorias: "Melhoria da relação consigo próprio/a," "Um conjunto de emoções negativas," "Útil," "Liberdade de sensações" e "Singularidade." No que diz respeito ao prazer sexual com parceria, foram criadas 6 categorias: "Estar com a parceria," "Práticas de prazer," "Resultado de técnicas consensuais eficazes," "Abertura à experiência," "Ausência de constrangimentos intrapessoais" e "Ausência de constrangimentos interpessoais". A nossa investigação proporcionou uma compreensão mais profunda das perspetivas e experiências relacionadas com a sexualidade das pessoas LGB+. Os resultados deste estudo podem auxiliar na criação de diretrizes e orientar futuras avaliações e intervenções clínicas de problemas sexuais.

*Palavras-Chave:* LGB+, Prazer sexual, Problemas sexuais, Sexualidade, Análise de conteúdo sumativa

## **DEFICIÊNCIA ADQUIRIDA POR ACIDENTE LABORAL: QUESTÕES DE SAÚDE NO RETORNO AO TRABALHO**

Joelma Santos (joelma.santos@gmail.com)<sup>1</sup>, & Maria de Carvalho-Freitas<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal de São João del-Rei, Minas Gerais, Brasil

O estudo articula deficiência adquirida e acidente de trabalho, entendendo que acidentes ocorridos no contexto laboral tem grande impacto na saúde física e mental de trabalhadores, principalmente, quando acarretam deficiências. Considerando que a deficiência é vista de forma socialmente negativa e está envolvida em experiências de discriminação, esta pesquisa investigou o processo de retorno ao trabalho de pessoas que adquiriram deficiência devido a acidente laboral, pelo ponto de vista organizacional. Numa perspetiva qualitativa, foram realizadas entrevistas abertas com 21 profissionais brasileiros atuantes na área de Recursos Humanos, que foram analisadas pelo método de análise de conteúdo temática. Foram identificadas ações de acompanhamento médico e de setores organizacionais, bem como práticas de treino de trabalhadores, visando a possibilitar a reinserção

laboral. Parte das organizações adota práticas que viabilizam a reabilitação e o acolhimento após acidentes de trabalho, mas muitas negligenciam a saúde mental e as relações interpessoais dos trabalhadores, desconsiderando os impactos psicológicos dos acidentes laborais e do preconceito em relação à deficiência. Entende-se que esta pesquisa contribui para que empresas se tornem mais atentas à saúde mental dos trabalhadores e aprimorem suas políticas de apoio organizacional, favorecendo ações mais efetivas de saúde ocupacional.

*Palavras-Chave:* Deficiência adquirida, Acidentes de trabalho, Reabilitação profissional, Retorno ao trabalho, Inclusão social.

## **SUPORTE E REINSERÇÃO DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA ADQUIRIDA POR ACIDENTE DE TRABALHO**

Joelma Santos (joelma.santos@gmail.com)<sup>1</sup>, & Maria de Carvalho-Freitas<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal de São João del-Rei, Minas Gerais, Brasil

A inclusão de pessoas com deficiência ainda constitui um desafio para o mercado de trabalho e um dos motivos consiste na manutenção de obstáculos que dificultam que esses trabalhadores desempenhem as suas atividades de maneira satisfatória. Nesse contexto, este estudo discute ações organizacionais de suporte e reinserção no trabalho de pessoas com deficiência adquirida devido a acidentes laborais. Numa abordagem qualitativa, 23 profissionais atuantes na área de Saúde e Segurança do Trabalho participaram de entrevistas individuais abertas, as quais foram analisadas pelo método de análise de conteúdo temática. Foram identificadas práticas de suporte, principalmente, financeiro para a reabilitação física de trabalhadores acidentados, além de ações de adequação de atividades e de desenvolvimento de postos de trabalho adaptados às necessidades dos reabilitados. A adoção de recursos diversos para possibilitar a reinserção de pessoas com deficiência ainda não se tornou a regra no meio organizacional, mesmo nos casos decorrentes de acidentes laborais. Acredita-se que este estudo pode propiciar intervenções que contribuam para a saúde física e mental de trabalhadores reabilitados após acidentes laborais, além de suscitar reflexões que questionem estruturas e práticas que inviabilizam o acesso de pessoas com deficiência ao trabalho. *Palavras-Chave:* Deficiência adquirida, Acidentes de trabalho, Reabilitação profissional, Suporte organizacional, Retorno ao trabalho

## **AVALIAÇÃO DO SIGNIFICADO DA COMIDA NA POPULAÇÃO PORTUGUESA**

Margarida Chaveiro-Ribeiro (margaridagr@gmail.com)<sup>1</sup>, Maria João Gouveia<sup>1,2</sup>, Filipe Pereira Loureiro<sup>1,3</sup>, & Rui Bártole-Ribeiro<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Ispa-Instituto Universitário, Lisboa Portugal; <sup>2</sup>APPSyCI, Ispa - Instituto Universitário, Lisboa Portugal; <sup>3</sup>William James Center for Research, ISPA - Instituto Universitário, Lisboa Portugal

Para além da satisfação de uma necessidade fisiológica, a comida assume uma diversidade de significados na vida das pessoas (e.g., moral, espiritual, social, estético e/ou saúde), que têm mostrado estar associados ao comportamento alimentar. A presente investigação teve como objetivo traduzir e adaptar o Meaning of Food in Life Questionnaire (MFLQ; Arbit et al., 2017) para a população portuguesa. Num estudo piloto, foi pedido a participantes da população em geral ( $N = 31$ ) e a especialistas da área alimentar ( $N = 3$ ) que indicassem em resposta aberta qual o significado da comida nas suas vidas. Com base na análise destas respostas foi proposta uma nova dimensão de significado da comida na população portuguesa – a da identidade cultural. No Estudo 1 ( $N = 152$ ), na Análise Fatorial Exploratória (AFE) efetuada à versão preliminar do MFLQp emergiram os seis fatores esperados, todos com bons indicadores de consistência interna ( $\alpha \geq 0,72$ ). Com base nos resultados obtidos, o questionário foi refinado. No Estudo 2, a estrutura fatorial da versão final do MFLQp foi confirmada e foi testada a sua validade convergente com outras variáveis. A versão adaptada do

MFLQ revelou boas propriedades psicométricas. Estudos futuros e implicações para a alteração do comportamento alimentar são discutidos.

*Palavras-Chave:* Adaptação psicométrica, Significado da comida, Comportamento alimentar, MFLQ

## **CONTRIBUTOS DA EDUCAÇÃO SOCIAL E PSICOLOGIA DA SAÚDE NA LITERACIA EM SAÚDE**

Filipa Coelho (filipa.coelho@isce.pt)<sup>1,2</sup>, Marta Reis<sup>1,2</sup>, Gina Tomé<sup>1,2</sup>, Cátia Magalhães<sup>2,3</sup>, & Margarida Gaspar de Matos<sup>2,4</sup>

<sup>1</sup>ISCE – Instituto Superior de Lisboa e Vale do Tejo, CI-ISCE, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>ISAMB – Instituto Saúde Ambiental, Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>Instituto Politécnico de Viseu, CI&DEI; <sup>4</sup>Faculdade de Ciências Humanas da Universidade Católica Portuguesa

A presente comunicação visa refletir sobre os contributos da Pedagogia Social e da Educação Social na promoção da Literacia em Saúde a partir da interseção interdisciplinar e articulada entre os mundos complexos e dinâmicos da “educação”, da “saúde” e do “social”. Recorrendo a uma análise narrativa, contextualizamos histórica e socialmente a evolução e representação do conceito de saúde para estabelecermos a articulação entre os construtos de Promoção da Saúde, Educação para a Saúde e Literacia em Saúde. A perspetiva interdisciplinar, permite-nos reconhecer as intervenções sociopedagógicas dos Técnicos Superiores de Educação Social no desenvolvimento biopsicossocial das pessoas e suas comunidades, no seu empoderamento e na promoção da autonomia. Valorizam-se ações concertadas que tenham por base as dimensões globais e particulares dos indivíduos na sua incessante interação com o meio ambiente; que reconheçam e potenciem os contextos socioeducativos; que contribuam para o empowerment; que visem o desenvolvimento de competências transversais e, conseqüentemente, que aumentem os indicadores de literacia em saúde. A adoção de comportamentos de saúde salutogénicos, inerentes à psicologia da saúde, valoriza a educação não formal e requiere a (co)responsabilidade de diferentes agentes educativos e sociais para a melhoria da qualidade de vida da pessoas e comunidades.

*Palavras-Chave:* Educação social, Educação para a saúde, Literacia em saúde, Autonomia, Empowerment

## **A RELAÇÃO ENTRE A ESPIRITUALIDADE E AS PERTURBAÇÕES DO HUMOR EM DOENTES COM ESCLEROSE MÚLTIPLA**

Maria Filomena Nascimento (filomena\_nascimento1981@hotmail.com)<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Escola Superior de Saúde de Viana do Castelo

A Esclerose Múltipla (EM), é uma doença crónica, incapacitante e imprevisível com impacto na vida dos doentes. As perturbações do humor surgem associadas à doença podendo a Espiritualidade constituir estratégia de coping. O principal objetivo deste estudo é analisar a relação entre a Espiritualidade e as perturbações do humor em doentes com Esclerose Múltipla (EM). A amostra é composta por 161 doentes com esclerose múltipla e o instrumento de colheita de dados selecionado foi o questionário. Os resultados indicam que a idade dos participantes varia entre os 22 e os 70 anos, sendo o grupo mais representado o que varia entre os 35 e os 44 anos (37,3%), seguido pelo grupo etário que varia entre os 45 e os 54 anos (23,6%). Dos participantes, 70,8% pertencem ao sexo masculino, maioritariamente com profissões intelectuais e científicas. Os resultados deste estudo demonstram ainda que 57% dos participantes assumem praticar algum culto ou prática religiosa. Quanto às perturbações do humor, 51,6% afirma já ter vivenciado episódios que envolvam ansiedade ou depressão ou stress e 43,4% foram diagnosticados com mais que uma perturbação do humor em simultâneo. Também se concluiu que a espiritualidade e a rede de suporte social constituem importante estratégia de coping.

*Palavras-Chave:* Esclerose Múltipla, Espiritualidade, Cuidados Paliativos, Coping, perturbações do humor.

# SINTOMAS DE STRESS PÓS-TRAUMÁTICO APÓS AMPUTAÇÃO DEVIDO A PÉ DIABÉTICO

Susana Pedras (susanapedras@gmail.com)<sup>1,2</sup>, Isabel Preto<sup>3</sup>, Rui Carvalho<sup>4</sup>, & Maria Graça Pereira<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Instituto de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade Lusfada; <sup>2</sup>Escola de Psicologia, Universidade do Minho; <sup>3</sup>Faculdade de Engenharia, Universidade do Porto; <sup>4</sup>Serviço de Endocrinologia, do Centro Hospitalar Universitário Santo António

O pé diabético é uma complicação da Diabetes que pode levar a uma amputação dos membros inferiores. A amputação, embora considerada uma intervenção lifesaving, não deixa de representar um evento adverso potencialmente traumático. Estudo quantitativo e longitudinal com três momentos de avaliação, um mês (M1), seis (M2) e dez meses após cirurgia de amputação (M3), incluiu 144 doentes. Foram utilizados os seguintes instrumentos: IES-R para avaliar sintomas de stress traumático, WOC para avaliar estratégias de coping e o HADS para avaliar sintomas de ansiedade e depressão. Os sintomas de stress traumático foram prevalentes no M1 ( $M = 15,65$ ,  $DP = 15,40$ ) e um provável quadro de Perturbação de Stress Pós-Traumático foi observado em 13,9% doentes. Presença de dor, sintomas de ansiedade elevados, e estratégias focadas na emoção revelaram-se preditores significativos dos sintomas de stress traumático. O período entre o M1 e o M2 apresentou-se como o período crítico. Do M2 para o M3 ( $\Delta = 0,871$ ,  $F(2,84) = 6,245$ ,  $p = 0,003$ ), após a cirurgia, os sintomas tenderam a diminuir 0,122 unidades ( $SE = 0,032$ ,  $p = 0,002$ ) por avaliação. Os resultados aumentam a consciência para a necessidade de identificação urgente de sintomas de stress traumático em doentes submetidos a amputação de membro inferior, dada a prevalência de sintomas de stress traumático logo após a cirurgia, mas também nos seis meses seguintes.

*Palavras-Chave:* Sintomas de stress traumático, Pé diabético, Amputação.

## O BEM-ESTAR BIOPSISSOCIAL DE PACIENTE PÓS-BARIÁTRICA: UM ESTUDO DE CASO

Bernardete Bezerra Silva Imoniana (bbs.imoniana@yahoo.com.br)<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>UMESP, São Paulo; <sup>2</sup>Associação de Moradores Ebenezer, Carapicuíba, São Paulo

No presente momento considera-se uma epidemia global a obesidade que é uma doença crônica de origem metabólica associada ao excesso de gordura corporal. E no Brasil dados apontam que aproximadamente mais da metade da população está acima do peso. Segundo a Organização Mundial da Saúde, pessoas com IMC acima de 40 são portadoras de obesidade. Sendo a cirurgia bariátrica uma das indicações para obesos com IMC maior de 40 kg/m<sup>2</sup>, associado com doenças clínicas descompensadas pela própria obesidade. O presente trabalho tem como objetivo apresentar o atendimento psicológico de uma paciente em tratamento bariátrico dentro de um plano de saúde. A metodologia foi realizada uma análise retrospectiva. Resultado: na paciente deste estudo observou-se que a cirurgia bariátrica proporcionou uma perda satisfatória de peso e com o apoio do atendimento psicológico houve uma melhora na qualidade de vida conforme relato. Concluímos que com os resultados positivos obtidos pela paciente bariátrica como um estímulo necessário para mudar os hábitos de vida. Ressaltando a necessidade de um acompanhamento multidisciplinar principalmente pós-cirurgia bariátrica como sendo extremamente benéfico a esses pacientes.

*Palavras-Chave:* Obesidade, Cirurgia bariátrica, Atendimento psicológico, Qualidade de vida, Acompanhamento multidisciplinar.

## **MENTAL HEALTH LITERACY IN PEOPLE WITH CHRONIC PAIN: A SCOPING REVIEW PROTOCOL**

Bárbara Lyrio Ursine (barbaraursine@gmail.com)<sup>1</sup>, Míriam Medeiros Strack<sup>1</sup>, Sérgio Andrade Carvalho<sup>2</sup>, & Maria da Luz Bernardes Rodrigues Vale Dias<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Faculty of Psychology and Educational Sciences, Coimbra, Portugal; <sup>2</sup>Center for Research in Neuropsychology and Cognitive Behavioral Intervention (CINEICC), Coimbra, Portugal

Chronic pain (CP) is a public health problem that detrimentally affects well-being and quality of life. Empirical evidence suggests the benefits of mental health literacy (MHL). However, data is scant on the relationship between MHL, well-being, and quality of life in CP patients. This study will conduct a scoping review on the literature of MHL, well-being and quality of life in CP. The Joanna Briggs Institute (JBI) methodology and guidelines based on the Preferred Items of Protocols for Systematic Review and Meta-Analysis Protocols (PRISMA-P) will be implemented. The research question followed the Population, Concept, and Context (PCC) framework. Two independent reviewers will identify published primary and secondary studies, reviews, and opinion articles that meet the inclusion criteria. Firstly, two databases will be searched. Afterwards, MEDLINE, PsycINFO, Web of Science, Scopus, ERIC, SciELO, and Redalyc will be searched. Finally, the reference lists of publications will be analyzed. The results will be presented in a flowchart in the Extension for Scoping Reviews (PRISMA-ScR). All publications will be uploaded to Mendeley and CADIMA. Relevant data will be presented in tables, graphs, or visual representations. The conclusions of the review will systematically map the evidence with the potential to generate practical and policy implications.

*Keywords:* Chronic pain, Mental health literacy, Well-being, Quality of life, Scoping review.

## **BULLYING, CYBERBULLYING E SUICÍDIO NA ADOLESCÊNCIA: REVISÃO DA LITERATURA**

Wanderlei Abadio de Oliveira (wanderleio@hotmail.com)<sup>1</sup>, Sofia Falsetti Xavier<sup>1</sup>, Claudio Romualdo<sup>1</sup>, & André Luiz Monezi Andrade<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Brasil

O bullying e o cyberbullying são fenômenos que exercem impacto negativo, sobretudo nas vítimas, durante a adolescência. Este estudo de revisão da literatura teve como objetivo identificar a correlação existente entre o bullying, o cyberbullying e os comportamentos suicidas em adolescentes. Para alcançar esse propósito, realizou-se uma pesquisa em quatro bases de dados, resultando na seleção de 24 artigos para compor o corpus final. Estes artigos foram posteriormente submetidos a uma avaliação metodológica. Os resultados da revisão indicam que existe, de facto, uma correlação positiva entre o bullying, o cyberbullying e a manifestação de comportamentos suicidas em adolescentes que são alvo dessas formas de agressão. No entanto, é importante destacar que essa relação é mediada por fatores como ansiedade e depressão, que desempenham um papel significativo na intensificação dos comportamentos suicidas. Por outro lado, a autoestima demonstrou ser um fator protetor crucial para as vítimas, ajudando a mitigar os efeitos negativos desses comportamentos. Com base nesses resultados, fica evidente a necessidade de desenvolver intervenções para prevenir casos de bullying e cyberbullying e, ao mesmo tempo, fortalecer fatores de proteção. O entendimento da dinâmica das correlações apresentadas são cruciais para promover um ambiente mais seguro e saudável para os estudantes.

*Palavras-Chave:* Conscientização sobre suicídio, Saúde mental, Intimidação sistemática.

## **POSIÇÕES SOCIOMÉTRICAS E BULLYING: UM ESTUDO COM ADOLESCENTES DO SEXO MASCULINO**

Wanderlei Abadio de Oliveira (wanderleio@hotmail.com)<sup>1</sup> & Victoria Maria Ribeiro Lembo<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Brasil

A aceitação ou rejeição entre pares é um dos determinantes mais amplamente reconhecidos como fundamentos para a ocorrência de bullying na escola. Esse estudo objetivou compreender as relações entre o status sociométrico e a prática de bullying escolar entre meninos. Para tanto, foi realizada uma pesquisa qualitativa em uma escola do interior do estado de São Paulo. Participaram 165 estudantes do sexo masculino, com idades entre 11 e 19 anos, de uma escola pública, matriculados no Ensino Fundamental II e no Ensino Médio. Os dados foram coletados por meio da Escala Sócio-Métrica. Os dados foram analisados de forma descritiva e exploratória. Verificou-se que 39 meninos eram nomeados como agressores pelos pares (incomodavam com piadas, provocavam ou ameaçavam os colegas). Esses estudantes foram mais associados a comportamentos negativos e o perfil elaborado a partir do status social permite classificá-los como: controversos, preferidos, rejeitados ou medianos. Nota-se que, apesar da alta prevalência de rejeição reportada pelos pares, os agressores classificados como controversos ou preferidos também emitem comportamentos compreendidos como positivos, aspecto que os tornam mais aceitos. Os dados sociométricos podem fornecer informações úteis sobre a dinâmica do bullying na escola e orientar estratégias de intervenção no contexto escolar.

*Palavras-Chave:* Comportamento violento, Saúde mental, Adolescência.

## **ADULTS' PERCEPTIONS OF GOVERNMENTAL MANAGEMENT OF THE COVID-19 PANDEMIC: A QUALITATIVE STUDY**

Margarida Jarego (mjarego22@gmail.com)<sup>1</sup>, Pedro Alexandre Costa<sup>2</sup>, José Pais-Ribeiro<sup>1,3</sup>, & Alexandra Ferreira-Valente<sup>1</sup>

<sup>1</sup>William James Center for Research, Ispa – University Institute, Lisbon, Portugal; <sup>2</sup>SexLab, Center for Psychology at the University of Porto (CPUP), School of Psychology and Education Sciences, University of Porto, Porto, Portugal; <sup>3</sup>School of Psychology and Education Sciences, University of Porto, Porto, Portugal

Several measures were undertaken by governments globally to prevent the dissemination of COVID-19. However, little is known about how populations perceived these measures and their implementation. Thus, this study aims to explore how adults residing in Portugal perceived the management of the COVID-19 pandemic by governmental entities. A sample of 88 adults were interviewed ( $n = 45$ ; 51%; age range: 19 to 92 years). Semi-structured interviews were conducted between Jan-Sep 2020, transcribed, and analyzed according to codebook thematic analysis. Three main themes were identified: 1) Indispensable measures in the fight against the COVID-19 pandemic; 2) The government did the best it could; and 3) The dark side of the COVID-19 pandemic's management in Portugal. Our findings suggest that participants perceived the COVID-19 pandemic's management as successful, stating that the government adopted well-conceived measures, even with limited information and resources. However, adults complained about not understanding the reasoning behind some of the measures, the off-timing of some measures' implementation, and failures in governmental communication. Thus, governments should increase transparency in the decision-making process, as well as improve communication with the population, thus potentially increasing adherence to the necessary measures and feelings of safety and tranquility during a public health crisis.

*Keywords:* COVID-19 pandemic, Governmental management, Communication Adherence to guidelines, Public health.

## **DEPENDÊNCIA DE COMIDA EM JOVENS PORTUGUESES: QUE DETERMINANTES?**

Ana Filipa Lamelas (anafilipamelas@hotmail.com)<sup>1</sup>, Ivone Patrão<sup>1,2</sup> & Filipa Pimenta <sup>1,3</sup>

<sup>1</sup>Ispa – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>APPsyCI - Applied Psychology Research Center Capabilities & Inclusion, Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>WJCR – William James Center for Research, Ispa – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

A dependência de comida (DC) tem elevada prevalência (3%-50%) e apresenta um impacto negativo na saúde mental, nomeadamente nos jovens. O objetivo deste estudo é explorar se variáveis protetoras (e.g., bom funcionamento familiar) e de risco (e.g., utilização problemática da internet) predizem a DC, numa amostra de adolescentes portugueses. Participaram 1564 adolescentes (12-19 anos;  $M = 14,79$ ;  $DP = 1,89$ ) neste estudo transversal e observacional (52,7% do sexo feminino). Aplicou-se a Escala de Alterações Funcionais pelo Uso Problemático da Internet, a Athens Insomnia Scale, a Escala Breve de Autocontrolo, a dimensão General Functioning da Family Assessment Device e a Portuguese Yale Food Addiction Scale. O modelo apresentou um ajustamento sofrível à amostra jovem (SRMR= 0,0943; CFI = 0,852; TLI= 0,845; RMSEA= 0,045). Uma DC mais grave ocorre mais comumente em jovens portugueses que percebem ter maior dificuldade de negociação e partilha na família, maior autocontrolo disfuncional, insónias mais graves, alterações funcionais pelo uso problemático da internet mais graves, maior percentil de peso, consumo de salgados e bebidas energéticas, mas também quando percecionado um menor apoio e confiança na família. Fatores de risco para a DC em adolescentes foram identificados neste estudo, sendo este um contributo pertinente para a investigação e promoção de saúde.

*Palavras-Chave:* Dependência de comida, Jovens, Insónia, Funcionamento familiar, Autocontrolo.

## **PRÁTICAS: O TRABALHO DE UMA ASSOCIAÇÃO DE MORADORES DENTRO DE UMA ESCOLA**

Bernardete Imoniana (bbs.imoniana@yahoo.com.br)<sup>1,2</sup>, Adil Kitahara<sup>1,3</sup>, & Maria Ferreira<sup>4</sup>

<sup>1</sup>UMESP, São Paulo, Brasil; <sup>2</sup>Associação de Moradores Ebenezer, Carapicuíba, São Paulo, Brasil; <sup>3</sup>Fundação Santo André, São Paulo, Brasil; <sup>4</sup>Associação de Moradores Ebenezer Vila Santa Catarina, Brasil

A associação de moradores tem como objetivo a promoção de assuntos voltados à comunidade, buscando discutir temas de vital importância para um convívio interpessoal, e uma das ferramentas de se organizar e mobilizar políticas públicas. A escola é a instituição que fornece o processo de ensino para alunos, com o objetivo de formar e desenvolver cada indivíduo em seus aspectos cultural, social e cognitivo. O presente trabalho visa através de relato descritivo explanatório mostrar práticas psicossociais desenvolvidas pela psicóloga voluntária da Associação de moradores dentro de uma escola pública. A metodologia empregada foi a de um estudo descritivo explanatório. Como resultado do trabalho observamos o envolvimento dos professores, coordenação e direção através das ações como palestras desenvolvidas no ambiente escolar. E podemos perceber a importância e a valorização do engajamento da associação de moradores junto a escola num projeto sustentável com repercussão na comunidade. Os eventos apresentaram reflexo favorável no que tange às relações interpessoais, intercâmbio de ideias, gerando conhecimento e práticas que aproximam às famílias, os professores, a equipe técnica e os alunos. Concluímos ser necessário encorajar associações de moradores, escola, trabalho voluntário a serem norteadores de articulação e argumentação junto aos governantes em políticas públicas que valorizem a escola como um ambiente social e seguro.

*Palavras-Chave:* Associação de moradores, Comunidade, Escola, Práticas, Qualidade de vida.

## **PROPOSTA DE AVALIAÇÃO DINÂMICA PARA A PROMOÇÃO DA EDUCAÇÃO ALIMENTAR NA EDUCAÇÃO PRÉ-ESCOLAR**

Janete Silva Moreira (janetepsilva@gmail.com)<sup>1</sup>

<sup>1</sup>CICPSI - Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa, Portugal

A aprendizagem autorregulada é fundamental para a autonomia, sobretudo na infância, e inclui competências transversais, passíveis de serem exercitadas, nomeadamente na Educação Pré-escolar. A avaliação psicológica dinâmica permite avaliar, intervir e identificar o potencial de aprendizagem do aprendente, mas são necessários mais instrumentos adaptados às crianças e às práticas educativas. A promoção da educação alimentar é social e educacionalmente relevante e a sua abordagem pode incluir o ensino e apoio de comportamentos alimentares saudáveis, equilibrados e sustentáveis. O objetivo desta comunicação é propor a aplicação do método de Avaliação Dinâmica da Aprendizagem autorregulada na Educação Pré-escolar (ADAAEP) para avaliar e intervir na adoção de comportamentos alimentares saudáveis no pré-escolar. A questão de investigação versa identificar quais são as perceções, processos e estratégias autorregulatórias aplicadas pelas crianças numa atividade autêntica? (i.e., escolha de um lanche saudável). Propõe-se desenvolver estudos de caso com crianças (3-6 anos), com entrevistas semiestruturadas, para analisar o discurso e os comportamentos que impactam no processo e no resultado da atividade. Espera-se que os resultados permitam identificar as perceções e estratégias mobilizados pelos participantes, monitorizar e refletir sobre as suas escolhas. Serão discutidas as potencialidades do método ADAAEP neste contexto e as suas implicações práticas e investigativas para a interdisciplinaridade entre a Psicologia da Educação e a Psicologia da Saúde.

*Palavras-Chave:* Aprendizagem autorregulada, Educação pré-escolar, Avaliação psicológica dinâmica, Método ADAAEP, Educação alimentar.

## **REPENSANDO A SAÚDE MENTAL: O POTENCIAL TRANSFORMADOR DA TERAPIA DE REPROCESSAMENTO GENERATIVO**

Jair Soares dos Santos<sup>1</sup>, & Juliana Bezerra Lima-Verde (pesquisa@citrg.com)<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Instituto Brasileiro de Formação de Terapeutas (IBFT), Brasil

Psicoterapias convencionais podem não ser suficientes para o tratamento eficaz de pacientes com problemas de saúde mental, resultando, muitas vezes, em abandono destes recursos. Este estudo teve como objetivo analisar a eficácia da Terapia de Reprocessamento Generativo (TRG) no tratamento de indivíduos com depressão, ansiedade e ideação suicida que não responderam bem à intervenção psicológica. Quatro participantes responderam a um questionário qualitativo antes e depois das sessões de TRG classificando suas perceções de qualidade de vida em uma escala de 0 (péssimo) a 6 (excelente). Os resultados médios antes e depois foram, respetivamente: Relacionamento amoroso (1,5 e 5,25); Competência profissional (1,75 e 5,5); Aparência física (1,5 e 5,5); Satisfação com a vida (1,25 e 5,25); Otimismo sobre o futuro (1,25 e 6). Em média, foram necessárias 17,5 sessões de TRG por paciente. Relataram a ausência de sintomas das queixas iniciais e mantiveram sua melhora mesmo após dois anos. A TRG pode ser uma alternativa para aqueles que não obtiveram sucesso com psicoterapias convencionais, proporcionando uma remissão duradoura dos sintomas em um número reduzido de sessões.

*Palavras-Chave:* Depressão, Ansiedade, Ideação suicida, Reprocessamento, Psicoterapia.



## **ESTIGMA RELACIONADO AO HIV EM MULHERES BRASILEIRAS: RELATO DO STIGMA INDEX BRASIL**

Angelo Brandelli Costa (angelo.costa@puccrs.br)<sup>1</sup>

<sup>1</sup>PUCRS - Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS), Brasil

O estigma relacionado com o HIV leva a pior saúde mental, menor utilização de serviços de saúde e menor adesão aos antirretrovirais. Mulheres cisgêneros embora estejam entre as populações mais afetadas pelo HIV não costumam ser pesquisadas em relação ao estigma que enfrentam. O Stigma Index é um instrumento que avalia tendências mundiais do estigma relacionado com o HIV na perspectiva das pessoas que vivem com HIV/AIDS (PVHA). O presente trabalho apresenta um recorte do Stigma Index Brasil, estudo de base comunitária que teve como objetivo estimar a prevalência do estigma relacionado ao HIV no Brasil. Um total de 30 PVHA foram treinadas para recrutar participantes entre as suas redes de pares; 1,768 PVHA de todas as regiões do Brasil participaram do estudo, destes, 566 participantes eram mulheres cisgênero. As participantes relataram recomendações para não se tornarem mães e pressão a se esterilizarem. Além disso, muitas participantes evitaram buscar serviços de saúde devido a experiências anteriores de tratamento inadequado. Por fim, destacam a dificuldade de encontrar canais para reivindicação de seus direitos violados. As informações levantadas podem ajudar profissionais de saúde a desenvolverem intervenções mais sensíveis e eficazes, visando melhorar a qualidade de vida das pessoas vivendo com HIV/AIDS.

*Palavras-Chave:* Discriminação relacionada com o HIV, Mulheres, Gênero, Estigma.

## **RELAÇÕES ENTRE COMPAIXÃO, ESTRATÉGIAS DE REGULAÇÃO DE AFETO E DEPRESSÃO EM ADULTOS EMERGENTES ESPANHÓIS**

Diego Gomez-Baya (diego.gomez@dpee.uhu.es)<sup>1</sup>, Margarida Gaspar de Matos<sup>2</sup>, & Nora Wiium<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Departamento de Psicologia Social, do Desenvolvimento e Educacional, Universidad de Huelva, Espanha; <sup>2</sup> Instituto de Saúde Ambiental, Universidade de Lisboa, Portugal; <sup>3</sup> Departamento de Ciências Psicossociais, University of Bergen, Noruega

Alguns resultados controversos foram encontrados sobre o papel da compaixão no ajustamento psicológico dos jovens. O objetivo deste estudo foi analisar o papel mediador das estratégias de enfrentamento do afeto negativo (distração e ruminação depressiva) e das estratégias de enfrentamento do afeto positivo (inibição e ruminação positiva) na relação entre compaixão e sintomas depressivos. Foi realizado um estudo transversal aplicando um autorrelato online em 2021, com uma amostra de 1,044 jovens. Os resultados indicaram que a compaixão estava associada a mais depressão apenas quando os participantes relataram maior ruminação depressiva e mais inibição de afeto positivo, e menor distração e menor ruminação positiva. Contrariamente, uma regulação mais adaptativa do afeto estava associada a menos depressão. Algumas implicações práticas podem ser derivadas desses resultados. O papel da compaixão como expressão de carinho e empatia pelos outros poderia ter um efeito protetor no ajustamento psicológico quando os jovens tinham respostas adaptativas a afetos positivos e negativos.

*Palavras-Chave:* Depressão, Compaixão, Regulação afetiva, Coping, Juventude, Mediação.

## **PIOR PERÍODO DA PANDEMIA DE COVID-19 NO BRASIL: MEDO, PSICOPATOLOGIAS E INSÔNIA**

Felipe Alckmin-Carvalho (felipealckminc@gmail.com)<sup>1</sup>, Helder Soares Filho<sup>1</sup>, Isabela Aizawa<sup>1</sup>, Maria Rita Soares<sup>2</sup>, & Renatha Ferreira<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Instituto de Psiquiatria da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, São Paulo, Brasil; <sup>2</sup>Universidade Estadual de Londrina, Paraná, Brasil

O medo da COVID-19 pode se traduzir em medidas de proteção individuais e coletivas, no entanto, o medo excessivo do vírus pode produzir/agravar problemas de saúde mental. O objetivo no estudo foi avaliar possíveis associações entre medo da COVID-19, depressão, ansiedade e severidade da insônia em pacientes insones, durante o período de maior letalidade da pandemia no Brasil. Trata-se de um estudo transversal. Participaram 323 indivíduos diagnosticados com insônia crônica (DSM-5) que buscaram tratamento em um hospital psiquiátrico brasileiro. Foram utilizados os seguintes instrumentos: Escala Hospitalar de Depressão e Ansiedade, Escala de Gravidade da Insônia e Escala de Medo da COVID-19. Os participantes foram avaliados entre março e julho de 2021. Foram realizados os testes  $r$  de Pearson e ANOVA. Escores mais elevados de medo da COVID-19 foram verificados no grupo de participantes com insônia grave ( $F = 4,88$ ;  $p = 0,009$ ). Foi encontrada associação moderada, positiva e significativa entre medo de COVID-19 e depressão ( $r = 0,63$ ;  $p < 0,001$ ), ansiedade ( $r = 0,35$ ;  $p < 0,001$ ) e gravidade da insônia ( $r = 0,38$ ;  $p < 0,001$ ). Os resultados sugerem que o medo da COVID-19 pode estar associado ao agravamento de problemas de sono dos participantes, que por sua vez, podem produzir prejuízos em termos de funcionamento adaptativo e psicopatológicos.

*Palavras-Chave:* Pandemia por COVID-19, Medo da Covid-19, Psicopatologias, Insônia, Crise Sanitária.

## **LIDERANÇA AUTÊNTICA, EQUILÍBRIO TRABALHO-VIDA, E ENVOLVIMENTO EM TRABALHADORES REMOTOS E NÃO-REMOTOS**

Catarina Vicente<sup>1</sup>, & Ana Patrícia Duarte (patricia.duarte@iscte-iul.pt)<sup>2</sup>

<sup>1</sup>ISCTE Instituto Universitário de Lisboa; <sup>2</sup> ISCTE Instituto Universitário de Lisboa, Business Research Unit (BRU-IUL)

Tendo por base a teoria da troca social e o modelo das exigências e recursos, investigou-se se a percepção de liderança autêntica (LA) por trabalhadores do setor da consultoria em situação de trabalho remoto e não remoto está relacionada com o seu envolvimento no trabalho (WE), e se o equilíbrio trabalho-família explica essa relação. O setor é conhecido por ritmos de trabalho intensos e horários alargados, os quais limitam a capacidade de equilibrar esferas de vida, tendo o líder um papel-chave na manutenção/abolição destas características. Os resultados de análises de regressão múltipla, a dados recolhidos por questionário eletrónico ( $n = 201$ ) composto por medidas previamente validadas na literatura, indicam que a LA se relaciona positivamente com o WE, sendo a relação mediada pelo equilíbrio trabalho-família. Não se verifica a moderação pela situação de trabalho, pelo que o efeito da LA na capacidade de equilibrar necessidades profissionais e familiares e no WE é independente da situação de trabalho remoto ou não remoto dos consultores. Esta pesquisa contribui para o desenvolvimento da literatura relativa aos antecedentes do WE em diferentes regimes. Os resultados evidenciam o benefício da promoção da LA em organizações do setor da consultoria para o alcance de melhores níveis de WE.

*Palavras-Chave:* Liderança autêntica, Envolvimento no trabalho, Equilíbrio trabalho-família, Regime de trabalho, Consultoria.

## **A RELAÇÃO REAL: A VERSÃO PORTUGUESA DO INVENTÁRIO DA RELAÇÃO REAL-CLIENTE**

A Relação Real é um constructo relacional que tem influenciado outros constructos, tais como a Aliança Terapêutica, embora empiricamente negligenciado. O desenvolvimento do Inventário da Relação Real permite uma forma válida e fidedigna para medir a Relação Real em aplicações clínicas e de investigação. Este estudo tem com objetivo validar e explorar as propriedades psicométricas do Inventário da Relação Real - Versão Cliente numa amostra portuguesa adulta no contexto de psicoterapia. A amostra inclui 373 clientes que se encontram ou recentemente concluíram um processo psicoterapêutico. Todos os clientes preencheram o Inventário da Relação Real - Versão Cliente (IRR-C) e o Inventário da Aliança Terapêutica. A análise confirmatória revelou os mesmos dois fatores no IRR-C para a população adulta portuguesa, Genuinidade e Realismo. A observação da mesma estrutura fatorial sugere o valor transcultural da Relação Real. A medida demonstrou boa consistência interna e ajustamento aceitável. Uma correlação significativa foi encontrada entre o IRR-C e o Inventário da Aliança Terapêutica e correlações significativas entre as subescalas de Vínculo, Genuinidade e Realismo. O presente estudo faz uma reflexão sobre o IRR-C, contribuindo para a importância da Relação Real em diferentes culturas e contextos clínicos.

*Palavras-Chave:* Relação Real, Relação Terapêutica, Inventário da Relação Real, Aliança.

## **VALIDAÇÃO E PROPRIEDADES PSICOMÉTRICAS DA VERSÃO PORTUGUESA DO FREIBURG MINDFULNESS INVENTORY (FMI)**

Vivien Iacob (viacob@ualg.pt)<sup>1,2</sup>, Saúl Neves de Jesus<sup>1,2</sup>, Cláudia Carmo<sup>1,5</sup>, Soraia Garcês<sup>2,3</sup>, Roberto Chiodelli<sup>1,2</sup>, & Harald Walach<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Departamento de Psicologia e Ciências da Educação, Universidade do Algarve, Faro, Portugal; <sup>2</sup>Centro de Investigação em Turismo, Sustentabilidade e Bem-estar (CinTurs); <sup>3</sup>Universidade da Madeira, Funchal, Portugal; <sup>4</sup>Change Health Science Institute, Basel, Switzerland; <sup>5</sup>Centro de Investigação em Psicologia (CIP)

O objetivo deste estudo foi desenvolver uma versão portuguesa do Freiburg Mindfulness Inventory (FMI) e avaliar as suas características psicométricas. O primeiro estudo determinou a consistência interna, fiabilidade e validade fatorial, através da realização de análises fatoriais exploratória e confirmatória numa amostra da população geral ( $n = 337$ ), distribuída aleatoriamente. O segundo estudo incluiu 150 participantes no programa Interculturality and Mindfulness para examinar a validade convergente e divergente, estabilidade temporal e sensibilidade à mudança. O primeiro estudo demonstrou a elevada consistência interna e fiabilidade do FMI ( $\alpha = 0,85$ ;  $\omega = 0,87$ ; ICC = 0,85). A análise fatorial exploratória revelou uma solução de um fator com cargas fatoriais moderadamente elevadas. A solução unidimensional da escala foi validada pela análise fatorial confirmatória, que apresentou bons índices de ajustamento. Os resultados do segundo estudo confirmaram a estabilidade temporal, a sensibilidade à mudança e a validade convergente e divergente. Os resultados demonstraram a elevada consistência interna, fiabilidade e validade fatorial para a versão portuguesa da escala. Foram também confirmadas a validade convergente e discriminante, a estabilidade temporal e a sensibilidade à mudança nos participantes do programa mindfulness. Conclui-se que as propriedades psicométricas da versão traduzida estão validadas e que a escala pode ser utilizada para avaliar mindfulness na população portuguesa.

*Palavras-Chave:* Freiburg mindfulness inventory, Mindfulness, Propriedades psicométricas, Validação.

## **APP PARA PROMOÇÃO DA ADESÃO AO EXERCÍCIO FÍSICO NA DOENÇA ARTERIAL PERIFÉRICA**

Susana Pedras (susanapedras@gmail.com)<sup>1,2</sup>, Célia Sofia Oliveira<sup>3</sup>, Rafaela Oliveira<sup>1</sup>, Hugo Paredes<sup>4,5</sup>, & Ivone Silva<sup>1,6</sup>

<sup>1</sup>Serviço de Angiologia e Cirurgia Vascular, Centro Hospitalar Universitário de Santo António, Porto, Portugal; <sup>2</sup> Centro de Investigação em Psicologia para o Desenvolvimento, Universidade Lusíada, Porto, Portugal; <sup>3</sup>Centro de Matemática e Faculdade de Ciências da Universidade do Porto, Porto, Portugal; <sup>4</sup>Departamento de Engenharias da Escola de Ciências e Tecnologia da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Vila Real, Portugal; <sup>5</sup>INESC TEC, Porto, Portugal; <sup>6</sup>UMIB - Unidade de Investigação Multidisciplinar Biomédica, ICBAS - Faculdade de Medicina e Ciências Biomédicas, Universidade do Porto, Porto, Portugal

A doença arterial periférica (DAP) é uma doença cardiovascular comum. O primeiro sintoma é a dor nos gémeos ao caminhar, devido à isquemia muscular. O declínio funcional é significativo e, se não se intervir precocemente, a DAP pode levar á amputação de membro. O exercício físico (EF) é considerado um tratamento eficaz para diminuir a dor, aumentar a distância caminhada e a qualidade de vida (QV). Contudo, como provoca dor, a adesão é baixa. Por isso foi desenhada uma app para promover a adesão ao EF. Ensaio clínico randomizado, com 60 doentes que receberam uma prescrição de EF de 6 meses, e fizeram uma Prova de Passadeira e o 6-min Walk Test, para conhecer a sua capacidade de caminhada máxima no início, a meio e no final do estudo, o VascQoL-6 para avaliar a QV e o EADS para a ansiedade, depressão e stress. Todos os doentes aumentaram a sua capacidade para caminhar e a QV, mas só os que usaram a app aumentaram a distância máxima de caminhada, embora tenham sido apenas aqueles que ainda caminhavam grandes distâncias no início do programa e que não estavam ansiosos. Outras funcionalidades de envolvimento, e gamificação deverão testadas para promover uma maior adesão ao EF.

*Palavras-Chave:* Doença arterial periférica, Autogestão, Aplicação móvel, Exercício físico.

## **RELAÇÃO ENTRE EXIGÊNCIAS EMOCIONAIS E *ENGAGEMENT*: PAPEL DOS RECURSOS LABORAIS ESTRUTURAIS**

João Viseu (joao.viseu@uevora.pt)<sup>1</sup>, Saúl Neves de Jesus<sup>2</sup>, Sandra Rodrigues<sup>2</sup>, Ana Paula Ruiz<sup>2</sup>, & Carla Semedo<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Escola de Ciências Sociais da Universidade de Évora, Centro de Investigação em Educação e Psicologia (CIEP-UE); <sup>2</sup> Faculdade de Ciências Humanas e Sociais da Universidade do Algarve, Centro de Investigação em Turismo, Sustentabilidade e Bem-estar (CinTurs)

A pandemia de COVID-19 contribuiu para uma degradação das condições psicossociais de trabalho (e.g., aumento das exigências emocionais), especialmente em profissões ligadas à área dos serviços humanos. Para atenuar os efeitos negativos dos fatores de risco psicossociais nos processos de trabalho é fulcral identificar possíveis variáveis moderadoras. Esta investigação testou o papel moderador dos recursos laborais estruturais (i.e., fatores relacionados com as funções e que podem ser modificados) na relação entre as exigências emocionais e o *engagement* no trabalho numa amostra de psicólogos portugueses, seguindo as premissas do Modelo *Job Demands-Resources* (JD-R). Foi adotada uma metodologia quantitativa recorrendo a um *design* transversal e a instrumentos de autorresposta. Participaram neste estudo 963 psicólogos (89,4% do sexo feminino), a maioria com 35-44 anos (39,5%) e que trabalha entre 36-40 horas semanais (36,9%). Observou-se que os recursos laborais estruturais moderaram a relação entre as exigências emocionais e o *engagement* no trabalho, i.e., à medida que os recursos estruturais do trabalho aumentam menor será o efeito prejudicial das exigências emocionais no *engagement* no trabalho. Pode-se concluir que as organizações devem facultar aos seus trabalhadores estratégias de desenvolvimento pessoal e profissional, bem como devem estimular a sua autonomia no desempenho das funções.

*Palavras-Chave:* COVID-19, *Engagement* no trabalho, Exigências emocionais, Exigências-Recursos, Recursos laborais estruturais.

# RECURSOS PSICOLÓGICOS E STRESS PARENTAL: PAPEL DO TEMPO DECORRIDO DESDE A ADOÇÃO

Ana Luz Chorão (ana-lc@live.com.pt)<sup>1</sup>, Maria Cristina Canavarro<sup>2</sup>, & Raquel Pires<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal; <sup>2</sup>Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo-Comportamental, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal

Pretende-se explorar se o tempo decorrido desde a adoção (TempAdop) altera a relação entre os recursos psicológicos dos pais adotivos – enquanto fatores modificáveis através de intervenção psicológica - e os seus níveis de stress parental. Visa-se, especificamente, contribuir para esclarecer se o papel da autocompaixão, da flexibilidade psicológica e do mindfulness na explicação do stress parental em famílias adotivas se altera em função da fase do ciclo de vida das mesmas. Foram recolhidos dados quantitativos de 302 pais adotivos (75,5% mães e 24,5% pais; observações independentes) cujos filhos adotivos tinham entre 1 e 17 anos de idade ( $M = 9,96$ ;  $DP = 3,79$ ). Recorreu-se a um inquérito online divulgado pelos Organismos da Segurança Social. Os dados foram analisados através de modelos de regressão. A associação entre a autocompaixão ( $p < .10$ ), flexibilidade psicológica ( $p < 0,001$ ), e mindfulness ( $p < 0,001$ ), e o stress parental foi significativa ( $F_{(3, 285)} = 38,64$ ,  $p < 0,001$ ). O TempAdop não se revelou um moderador significativo destas associações. Estes resultados exploratórios realçam o papel que estes recursos psicológicos podem desempenhar na prevenção e redução do stress parental em famílias adotivas, independentemente da fase do ciclo de vida em que se encontram. Permitem-nos, assim, refletir sobre orientações mais precisas para intervenções preventivas e remediativas junto destes pais.

*Palavras-Chave:* Autocompaixão, Flexibilidade psicológica, Mindfulness, Pais adotivos, Stress parental.

## INTERVENÇÃO PÓS-ADOÇÃO BASEADA NOS PRINCÍPIOS DA PARENTALIDADE MINDFUL: DESENVOLVIMENTO CENTRADO NO UTILIZADOR

Ana Luz Chorão (ana-lc@live.com.pt)<sup>1</sup>, Maria Cristina Canavarro<sup>2</sup>, & Raquel Pires<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal; <sup>2</sup>Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo-Comportamental, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal

O desenvolvimento de intervenções pós-adoção destinadas a promover o bem-estar parental e a parentalidade positiva é uma necessidade urgente. As Intervenções Baseadas na Parentalidade Mindful parecem ser promissoras neste campo; no entanto, a sua disponibilização em formato presencial para pais adotivos enfrenta consideráveis barreiras. As ferramentas eHealth são uma via inovadora de intervenção que pode ultrapassá-las. Assim, o presente estudo tem como principal objetivo desenvolver uma Intervenção Pós-Adoção Mediada pela Web e Baseada nos Princípios da Parentalidade Mindful (eMPPAI) seguindo uma abordagem centrada no utilizador - por forma a garantir a sua futura adequação, utilidade, eficácia e custo-eficácia. Serão conduzidos dois estudos quantitativos, com recurso a questionários de autorresposta, para avaliar as necessidades e preferências dos pais adotivos e as recomendações dos profissionais das equipas de adoção relativamente à eMPPAI – enquanto seus futuros utilizadores e mediadores expectáveis do acesso à mesma, respetivamente. Espera-se que os dados obtidos possam orientar o desenvolvimento de conteúdos e características tecnológicas da eMPPAI que sejam ajustados à realidade dos seus utilizadores e do contexto envolvente. Ao desenvolver a eMPPAI utilizando uma abordagem centrada no utilizador, poderemos fomentar, de forma eficiente, o acesso dos pais adotivos a cuidados de saúde mental especializados.

*Palavras-Chave:* Conteúdos e características tecnológicas, Desenvolvimento centrado no utilizador, Intervenção e-health, Parentalidade mindful, Promoção da saúde mental, Pais adotivos.

## **IMPACTO DO MINDSET DE CRESCIMENTO NA ADOÇÃO DE ESTILOS DE VIDA SAUDÁVEIS**

Amanda Vieira (amandasvieira.psi@gmail.com)<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Centro Médico do Atlântico, Portugal

A teoria do mindset de crescimento desenvolvida por Carol Dweck refere-se à crença de que as nossas competências e qualidades pessoais podem ser desenvolvidas através do esforço e aprendizagem contínuos. Esta teoria sugere que a mentalidade das pessoas influencia as suas escolhas relativamente ao seu estilo de vida e bem-estar. O principal objetivo do estudo foi avaliar a relação entre o mindset de crescimento e a adoção de estilos de vida saudáveis, ou seja, compreender se o mindset de crescimento influencia a escolha do nosso estilo de vida. Como tal, neste estudo quantitativo participaram 30 indivíduos, 35% homens e 65% mulheres. O instrumento utilizado foi o “Dweck Mindset Instrument” com avaliação periódica a cada 3 meses durante 1 ano. Os resultados preliminares indicam uma correlação positiva entre o mindset de crescimento e a adoção de estilo de vida saudável. Os participantes com mindset de crescimento forte relatam níveis de felicidade mais elevados. Assim, este estudo contribui para a psicologia da saúde, destacando a importância do mindset de crescimento na promoção de estilos de vida saudáveis. Os resultados sugerem o desenvolvimento de programas de prevenção e promoção que visam fortalecer o mindset adequado ao bem-estar global.

*Palavras-Chave:* Mindset de Crescimento, Felicidade, bem-estar, Estilo de Vida saudável, Psicologia da Saúde.

## **EXPERIÊNCIAS DO INTERNAMENTO HOSPITALAR DE CRIANÇAS COM LEUCEMIA LINFOBLASTICA AGUDA: RESULTADOS PRELIMINARES**

Ana Ferraz (anasofiaferraz93@gmail.com)<sup>1</sup>, Martim Santos<sup>1</sup>, & M. Graça Pereira<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Centro de Investigação em Psicologia (CIPsi), Escola de Psicologia, Universidade do Minho, Braga, Portugal

A Leucemia Linfoblástica Aguda (LLA) é a neoplasia maligna mais frequente em idade pediátrica, implicando um tratamento invasivo e duradouro que desencadeia numerosos stressores em toda a família. Este estudo visa explorar as experiências e perceções dos pais de crianças com LLA ao longo do internamento hospitalar da primeira fase de tratamento. O presente estudo qualitativo incluiu 19 pais de crianças com LLA até aos 6 anos, do Centro e Norte de Portugal. Foram realizadas oito questões abertas, analisadas através da análise de conteúdo. Foram identificadas sete categorias: lidar com a crise; aceitar a doença; proximidade e qualidade dos cuidados; necessidades não atendidas; impacto da COVID-19; lidar com o futuro; e informar pais na mesma situação. Estes resultados preliminares permitem uma compreensão aprofundada das dificuldades/necessidades encontradas por pais e crianças com LLA durante o internamento, bem como do seu processo de adaptação, visando informar e otimizar a qualidade das práticas em saúde. Futuras intervenções deverão centrar-se, particularmente, nas necessidades destes pais numa fase inicial do tratamento, mitigando potenciais efeitos stressores, com o objetivo de capacitar e envolver estes pais no plano terapêutico das crianças ao longo de todo o processo da doença.

*Palavras-Chave:* Leucemia Linfoblástica Aguda pediátrica, internamento hospitalar, Necessidades não atendidas, Parentalidade, Perceções.

## PSYCHOMETRIC PROPERTIES OF THE BRIEF COPE IN A SAMPLE OF PORTUGUESE ADOLESCENTS

Mariana Maia de Carvalho (marianaportocarrero@hotmail.com)<sup>1</sup>, Maria da Luz Vale-Dias<sup>1</sup>, & Sérgio Carvalho<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Faculty of Psychology and Educational Sciences, Coimbra, Portugal; <sup>2</sup>Center for Research in Neuropsychology and Cognitive Behavioral Intervention (CINEICC)

The Brief Coping is validated for Portuguese adults but not for adolescents. The present study aimed to overcome this gap. A sample of 534 Portuguese adolescents was collected and split in half to explore the factor structure of the instrument. To do so an Exploratory Factor Analysis (EFA) with Principal Component Analysis was calculated in SPSS and Confirmatory Factor Analysis (CFA) in Amos. Construct validity was explored with correlational analysis with relevant variables such as mental health, self-compassion and hope. Internal consistency was explored with Alpha Cronbach. Although EFA with direct oblimin rotation, forcing the 14 factors, found KMO = .805, and all communalities were above .65, it failed to retain 14 factors. CFA corroborated the original 14-factor (28 items) factor structure. Acceptable local fit ( $\lambda = >.50$ ;  $R^2 > .25$ ) and acceptable model fit ( $\chi^2/df = 1.80$ ; TLI = .87; CFI = .91; RMSEA = .06,  $p = .113$ ) were reached. The internal consistency levels ranged between  $\alpha = .509$  (Use of Instrumental Support) and  $\alpha = .798$  (Substance Use). This study found evidence for the validity, reliability and usefulness of Brief Coping for Portuguese adolescents, although further research must examine the psychometric properties of this instrument. *Keywords:* Coping, Adolescents, Brief coping, Mental health, adaptation, strategies, development.

## EXPERIÊNCIA DE STRESS, BURNOUT E EXPECTATIVAS DE SUCESSO ACADÊMICO EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

Clara Simões (csimaes@ese.uminho.pt)<sup>1,2</sup>, Vicente Costa<sup>3</sup>, Rui Gomes<sup>4</sup>, Catarina Morais<sup>5</sup>, & Humberto Carvalho<sup>6</sup>

<sup>1</sup>Unidade de Investigação em Ciências da Saúde: Enfermagem (UICISA: E), Escola Superior de Enfermagem de Coimbra (ESEnfC), Coimbra, Portugal; <sup>2</sup>Núcleo da UICISA: E/ESEnfC na Escola Superior de Enfermagem da Universidade do Minho (Núcleo UICISA: E/UMinho), Braga, Portugal; <sup>3</sup>Escola de Psicologia Universidade do Minho, Braga, Portugal; <sup>4</sup>Centro de Investigação em Psicologia, Escola de Psicologia Universidade do Minho, Braga, Portugal; <sup>5</sup>Centro de Investigação para o Desenvolvimento Humano (CEDH) Faculdade de Educação e Psicologia, Universidade Católica Portuguesa, Porto; <sup>6</sup> Universidade Federal de Santa Catarina, Brasil

O efeito do stress sobre a performance dos estudantes e a saúde mental tem despertado interesse nos investigadores. Neste estudo, analisou-se a experiência de stress, burnout e expectativas de sucesso académico em estudantes universitários, em função de variáveis pessoais e contextuais. Participaram 1133 estudantes, maioritariamente mulheres, das ciências sociais, psicologia e da saúde, de instituições públicas e privadas. O protocolo de avaliação envolveu o Questionário de Stress em Estudantes, a Medida de Burnout de Shirom-Melamed e a escala de Expectativas de Sucesso Académico. Os dados foram analisados através de modelos de regressão multinível. Os estudantes reportaram níveis elevados de stress, burnout e de expectativas de sucesso académico. Observaram-se maiores níveis de stress, fadiga física e cognitiva nas mulheres. Os estudantes de instituições privadas apresentaram maiores níveis de stress associados a problemas financeiros e menores níveis de expectativas de sucesso académico. As expectativas de sucesso académico foram menores nos cursos de ciências sociais. As expectativas de sucesso académico tendiam a aumentar com a progressão para fases avançadas do percurso académico. Os efeitos de fatores pessoais e contextuais na caracterização da experiência académica dos estudantes devem ser considerados na adaptação das intervenções às vulnerabilidades e desenvolvimento de expectativas dos estudantes no ensino superior. *Palavras-Chave:* Stress, Burnout, Expectativas de sucesso, Estudantes universitários, Regressão multinível.

## O USO PROBLEMÁTICO DE PORNOGRAFIA, ESTADOS DE HUMOR E O FUNCIONAMENTO SEXUAL

Margarida Ferreira de Almeida (mar.ferreiralmeida@gmail.com)<sup>1</sup>, Joana Araújo<sup>2</sup>, & Rui Costa<sup>1</sup>

<sup>1</sup>William James Center for Research, Ispa – Instituto Universitário; <sup>2</sup>Ispa – Instituto Universitário

Alguns estudos sugerem uma associação entre dificuldades sexuais e o consumo de pornografia com características aditivas (uso problemático de pornografia). Assim, o objetivo foi examinar a associação entre o uso problemático de pornografia e dificuldades sexuais, assim como os mediadores. Novecentos adultos responderam a um questionário online com os seguintes instrumentos: Internet Addiction Test adaptado ao consumo de pornografia, Female Sexual Function Index, Female Sexual Distress Scale Revised, International Index of Erectile Function, Premature Ejaculation Diagnostic Tool, Perceived Relationship Quality Components Inventory, UCLA Loneliness Scale e Depression, Anxiety and Stress Scale. Nas mulheres, qualidade do relacionamento e solidão mediarão as associações entre uso problemático de pornografia e funcionamento sexual e sofrimento sexual. O humor negativo mediou a associação entre o uso problemático de pornografia e o sofrimento sexual feminino. Nos homens, a associação entre uso problemático de pornografia e função erétil não foi mediada pela qualidade do relacionamento, solidão ou humor negativo, mas o humor negativo mediou a associação com sintomas de ejaculação precoce e a solidão mediou a associação com a satisfação sexual masculina. Os resultados suportam a hipótese de que o uso problemático de pornografia pode ter um impacto negativo no funcionamento sexual.

*Palavras-Chave:* Pornografia, Adição à pornografia, Função sexual, Satisfação sexual, Diferenças de género.

## FOOD ADDICTION IN PORTUGUESE YOUTH: WHAT ARE THE DETERMINANTS?

Ana Filipa Lamelas (anafilipalamelas@gmail.com)<sup>1</sup>, Ivone Patrão<sup>1,2</sup>, & Filipa Pimenta<sup>1,3</sup>

<sup>1</sup>Ispa – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>APPsYCI - Applied Psychology Research Center Capabilities & Inclusion; <sup>3</sup>WJCR – William James Center for Research, Ispa – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

Food addiction (FA) has a high prevalence (3% -50%) and exerts a negative impact on mental health, especially in young individuals. The aim of this study is to investigate whether protective variables (e.g., good family functioning) and risk factors (e.g., problematic internet use) predict FA in a sample of Portuguese adolescents. A total of 1564 adolescents (aged 12-19 years;  $M = 14.79$ ;  $SD = 1.89$ ) participated in this cross-sectional observational study (52.7% female). We administered the *Escala de Alterações Funcionais pelo Uso Problemático da Internet*, the *Athens Insomnia Scale*, the *Brief Self-Control Scale*, the *General Functioning dimension of the Family Assessment Device*, and the *Portuguese Yale Food Addiction Scale*. The model showed a acceptable fit to the young sample (SRMR=.0943; CFI=.852; TLI=.845; RMSEA=.045). More severe FA is more common among Portuguese youth who perceive greater difficulty in negotiation and sharing within the family, exhibit more dysfunctional self-control, experience more severe insomnia, have more pronounced functional changes due to problematic internet use, are in a higher percentile of weight, consume salty snacks and energy drinks, and also perceive less support and trust within the family. Risk factors for FA in adolescents were identified in this study, providing a pertinent contribution to research and health promotion.

*Keywords:* Food addiction, Youth, Insomnia, Family functioning, Self-control.

## RELAXAR CURA? PERCEÇÃO DOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE SOBRE O RELAXAMENTO NA CICATRIZAÇÃO



As intervenções psicossociais focadas na diminuição do stress, ansiedade e depressão têm impacto na cicatrização, nomeadamente, na da úlcera do pé diabético (UPD). Este estudo explorou as perspetivas dos profissionais de saúde sobre a adequação/aceitação de uma intervenção de relaxamento e dos seus efeitos no bem-estar dos doentes e na cura da UPD, e a sua inclusão nas consultas multidisciplinares do pé diabético. Trata-se de um estudo qualitativo aninhado dentro de um RCT piloto. Foram entrevistados 11 médicos e enfermeiros das consultas de pé diabético do Norte do país, que prestavam cuidados a doentes com UPD e que tinham recebido quatro sessões de relaxamento. Realizou-se análise de conteúdo temática com o *software* NVivo. Emergiram três temas sobre a adequação/aceitação da intervenção de relaxamento: perceções relativas ao relaxamento, mudanças no paciente e mudanças na UPD/cura; e a viabilidade da intervenção: modificações sugeridas, fatores de *stress*/dificuldades e impacto da pandemia de covid-19; e dois temas sobre a utilidade: benefícios e população-alvo. Os profissionais de saúde consideraram a intervenção de relaxamento aceitável/adequada e um importante adjuvante do tratamento médico. A integração de psicólogos da saúde em equipas multidisciplinares na consulta do pé diabético deve ser uma prioridade, no SNS.

*Palavras-Chave:* Aceitabilidade/adequação, Viabilidade, Utilidade, Intervenção de relaxamento, UPD, Cicatrização.

## **MOTIVAÇÕES PARA SEGURANÇA E PRAZER: IMPLICAÇÕES PARA PRÁTICAS E EXPERIÊNCIAS NO SEXO CASUAL**

David Rodrigues (dfirs@iscte-iul.pt)<sup>1</sup>, Ana Catarina Carvalho<sup>1</sup>, Rhonda Balzarini<sup>2,3</sup>, Richard de Visser<sup>4</sup>, Margarida Garrido<sup>1</sup>, Marília Prada<sup>1</sup>, & Diniz Lopes<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Iscte-Instituto Universitário de Lisboa, CIS-Iscte, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Department of Psychology, Texas State University, San Marcos, TX, USA; <sup>3</sup>The Kinsey Institute, Indiana University, Bloomington, IN, USA; <sup>4</sup>Department of Primary Care & Public Health, Brighton and Sussex Medical School, Falmer, UK

As pessoas diferem na sua predisposição para protegerem a sua saúde sexual (i.e., adotando um foco regulatório de prevenção de doenças) ou procurarem o seu bem-estar sexual (i.e., adotando um foco regulatório de promoção de prazer). Explorámos se estas diferenças individuais resultam em práticas e experiências sexuais distintas no sexo casual. Conduzimos um estudo correlacional com participantes em Portugal e Espanha ( $N = 770$ ), acedendo ao foco regulatório na sexualidade, comportamentos de risco em sexo casual (i.e., frequência de uso de preservativo), reações afetivas em situações prévias de sexo casual sem preservativo, bem como satisfação sexual no sexo casual. Pessoas mais focadas em prevenção (vs. promoção) indicaram usar preservativo mais (vs. menos) frequentemente em diferentes atividades sexuais, sentir mais (vs. menos) afetivo negativo quando têm sexo casual sem preservativo e estarem menos (vs. mais) sexualmente satisfeitos no sexo casual. Este padrão de resultados foi consistente entre ambos os países. Os resultados mostram a complexidade das tomadas de decisão no sexo casual e sugerem que pessoas mais focadas em prevenção tendem a valorizar a sua saúde (vs. bem-estar) sexual enquanto pessoas mais focadas em promoção tendem a valorizar o seu bem-estar (vs. saúde) sexual.

*Palavras-Chave:* Foco regulatório na sexualidade, Saúde sexual, Bem-estar sexual, Sexo casual, uso de preservativo, satisfação sexual.

## **ADIÇÃO ÀS REDES SOCIAIS E INSATISFAÇÃO SEXUAL NUMA AMOSTRA PORTUGUESA POR QUOTAS**

Rui Miguel Costa (rcosta@ispa.pt)<sup>1</sup>, Filipa Pimenta<sup>1</sup>, Alexandra Ferreira-Valente<sup>1</sup>, & Ivone Patrão<sup>2</sup>

<sup>1</sup>William James Center for Research, Ispa - Instituto Universitário, Lisboa; <sup>2</sup>APPsyCI - Applied Psychology Research Center Capabilities & Inclusion, Ispa - Instituto Universitário, Lisboa

Um crescente corpo de investigação começa a demonstrar que a adição às redes sociais está relacionada com dificuldades sexuais, mas a investigação neste tópico ainda é escassa. Participaram no estudo 3.594 portugueses adultos envolvidos numa relação amorosa e utilizadores de redes sociais, tendo o recrutamento sido feito através de amostragem por quotas relativas ao sexo, faixa etária e área de residência. Os participantes relataram quão satisfeitos estavam com a sua vida sexual, com a sua relação amorosa e com a sua saúde mental, e preencheram o Internet Addiction Test adaptado à utilização específica de sites de redes sociais. Para mulheres e homens, maior grau de adição às redes sociais correlacionou-se com maior insatisfação com a vida sexual, com o relacionamento amoroso e com a saúde mental. A associação entre adição às redes sociais e insatisfação sexual foi mediada pela insatisfação com o relacionamento e com a saúde mental em testes de mediação múltipla paralela. Confirmou-se a associação entre dificuldades sexuais e adição às redes sociais e que tal poderá resultar da perturbação da função sexual secundária a problemas de saúde mental e/ou problemas no relacionamento amoroso causados por um uso descontrolado de sites de redes sociais.

*Palavras-Chave:* Adição às redes sociais, Uso problemático de redes sociais, Satisfação sexual, Relação amorosa, Saúde mental.

## **HIKIKOMORI E DEPENDÊNCIA ONLINE: QUAL A RELAÇÃO?**

Ivone Patrão (ivone\_patrao@ispa.pt)<sup>1,2,3</sup>, Bruna Lucas<sup>1,3</sup>, & Inês Borges<sup>1,3,4</sup>

<sup>1</sup>Ispa – Instituto Universitário, Portugal; <sup>2</sup>APPsyCI - Applied Psychology Research Center Capabilities & Inclusion, Ispa – Instituto Universitário, Portugal; <sup>3</sup>Geração Cordão, Portugal; <sup>4</sup>WJCR - William James Center for Research, Ispa – Instituto Universitário, Portugal

O hikikomori é um fenómeno caracterizado pelo isolamento extremo dos indivíduos, que permanecem em casa, sem contacto com o mundo exterior, senão através da internet. Este fenómeno pode ter implicações físicas, psicológicas, sociais e profissionais, uma vez que os indivíduos não optam pelo um uso equilibrado do mundo online e offline, o que pode ter uma correlação direta com a dependência online. O objetivo principal deste estudo foi analisar a relação entre o hikikomori, a dependência online e o estado de humor, numa amostra de 124 portugueses (18-62 anos,  $M = 27$  anos,  $DP = 9,42$ ; 81,5% do sexo feminino). Utilizou-se o IAT (Internet Addiction Test) (Pontes et al., 2013), o Questionário Hikikomori (HQ-25) (Teo et al., 2018) e uma versão reduzida da Escala de Depressão, Ansiedade e Stress (DASS) (Lovibond & Lovibond, 1995). O hikikomori é adoptado por 1,2% da amostra. A dependência online está presente em 10,4% da amostra. Existe uma correlação positiva baixa entre o hikikomori, a dependência online, a depressão, ansiedade e stress. Discussão: Sendo o isolamento social um factor de risco na saúde mental torna-se importante a intervenção preventiva e/ou precoce nas dificuldades relacionadas com o equilíbrio entre as actividades online e offline.

*Palavras-Chave:* Hikikomori, Saúde mental, Avaliação psicológica, Dependência online.

## **DEPENDÊNCIA ONLINE, DEPRESSÃO, ANSIEDADE E STRESS: ANTES E APÓS INTERVENÇÃO PSICOTERAPÊUTICA**

Ivone Patrão (ivone\_patrão@ispa.pt)<sup>1,2</sup>, Pedro Aires Fernandes<sup>2</sup>, Patrícia Ferreira<sup>2</sup>, & Inês Borges<sup>2,3</sup>

<sup>1</sup>APPsyCI - Applied Psychology Research Center Capabilities & Inclusion, Ispa – Instituto Universitário, Portugal; <sup>2</sup>Geração Cordão, Portugal; <sup>3</sup>WJCR - William James Center for Research, Ispa – Instituto Universitário, Portugal

A revisão da literatura sobre a intervenção psicoterapêutica individual, de grupo e familiar na área das dependências online (e.g. gaming), apontam comprovada eficácia, por exemplo nas intervenções mistas. O presente estudo teve como objetivo avaliar os níveis de dependência online, depressão, ansiedade e stress em dois momentos de uma intervenção psicoterapêutica individual e familiar (antes e após 6 meses o início da intervenção). Estudo quantitativo e longitudinal, com uma amostra de  $N=13$  participantes ( $x = 19$  anos;  $\sigma = 3,58$ ; 60% são do sexo masculino). A amostra preencheu o mesmo protocolo antes e após 6 meses o início da intervenção. Para avaliar a dependência online, utilizou-se a escala IAT (Internet Addiction Test) (Pontes, Patrão & Griffiths, 2013) e uma versão reduzida da Escala de Depressão, Ansiedade e Stress (DASS) (Lovibond & Lovibond, 1995). Os sujeitos antes da intervenção psicoterapêutica apresentaram, em média, maiores níveis de dependência online, de depressão, de ansiedade e de stress, do que ao fim de 6 meses, sendo as diferenças estatisticamente significativas. É fundamental a contribuição da Ciberpsicologia na prática clínica, de forma a promover a auto-regulação do uso da tecnologia e a redução do seu impacto na saúde mental.

*Palavras-Chave:* Dependência online, Amostra clínica, Intervenção psicoterapêutica, Jovens, Estudo longitudinal.

## **MOTIVAÇÕES E DESAFIOS NO VOLUNTARIADO EM CONTEXTO HOSPITALAR: UM ESTUDO QUALITATIVO**

Patrícia Almeida (patricia-rebelo1@hotmail.com)<sup>1</sup>, Andreia Martins<sup>1</sup>, Carolina Chaves<sup>1</sup>, Catarina Almeida<sup>1</sup>, Isabel Silva<sup>2,3</sup>, & Ana Bárto<sup>2,4</sup>

<sup>1</sup>Instituto Piaget-ISEIT/Visu, Portugal; <sup>2</sup> RECI—Research Unit in Education and Community Intervention, Instituto Piaget-ISEIT/Visu, Portugal; <sup>3</sup> Centre for Functional Ecology-Science for People & the Planet (CFE), TERRA Associate Laboratory, Universidade de Coimbra, Portugal; <sup>4</sup> I2P—Portugalense Institute for Psychology, Universidade Portucalense, Porto, Portugal

A investigação tem sugerido que o voluntariado emerge como uma forma de envolvimento na comunidade estando associado a bem-estar físico e emocional. No entanto, as exigências subjacentes a um contexto de prestação de cuidados de saúde podem constituir-se como um desafio adicional e impactar negativamente as experiências e motivações dos indivíduos. O presente estudo objetivou explorar os fatores motivadores e dificuldades percebidas do voluntariado em contexto hospitalar. A amostra foi constituída por 6 voluntários (16,7% do sexo masculino e 83,3% do sexo feminino) do Centro Hospitalar Tondela-Viseu ( $M(\text{idade})= 46,3$ ;  $DP = 12,2$ ; 83,3% do sexo feminino) que participaram num grupo focal. Foi conduzida uma análise temática dos dados com recurso ao ATLAS.ti. Os resultados sugeriram que entre as principais motivações para o voluntariado se destacavam aspetos relacionados com o sentido de conexão social e aumento da perceção de autoeficácia através do apoio direto aos pacientes e seus familiares. Foram ainda reportadas dificuldades relativas às exigências emocionais de situações de crise, ao nível da gestão das relações interpessoais e de comunicação com os profissionais de saúde, bem como aspetos relacionados com a gestão da diversidade cultural. Este estudo reforça a importância de intervir na capacitação dos voluntários promovendo as suas competências socioemocionais.

*Palavras-Chave:* Desafios, Motivações, Voluntariado, Contexto hospitalar, Abordagem qualitativa.

## **PROGRAMA ACT COM MÃES PRIVADAS DE LIBERDADE**

Gabriela Isabel Reyes Ormeño (byreyes2@gmail.com)<sup>1</sup>, Nariana Rodrigues de Freitas<sup>1</sup>, & Thaina Nenemann Kreutzer<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal do Paraná – UFPR, Curitiba/PR, Brasil

Programas de prevenção aos maus-tratos infantil são a melhor estratégia de intervenção para fortalecer o papel protetivo dos cuidadores, principalmente de mulheres privadas de liberdade. O objetivo deste estudo é descrever os estilos parentais de mães privadas de liberdade. Foi realizada uma intervenção por meio do programa ACT que consta de oito semanas e aborda diversas temáticas, entre elas os estilos parentais. A intervenção foi executada com 11 mulheres num centro prisional em Curitiba, Paraná / Brasil. Para análise dos dados foram utilizados os instrumentos de avaliação do próprio programa. Na pré-avaliação da aplicação do programa os dados mostram que 72% das mães agiam por impulso com seus filhos, 81% das mães descontavam o estresse e mau-humor nas crianças, 45% das mães gritavam com as crianças e 9% utilizavam da violência física. Na pós-avaliação esses dados diminuíram para 55% das mães que agiam por impulso, 11% descontavam o stress e mau-humor e nenhuma mãe assinalou que utilizaria da violência como forma de educação. A pesquisa apresenta a importância do programa de prevenção aos maus-tratos infantil com mães em privação de liberdade.

*Palavras-Chave:* Maus-Tratos Infantil, Prevenção, Privação de Liberdade, Mães.

## **“DO INFERNO SE VÊ O PARAÍSO”: IMPACTO DAS MISSÕES NOS POLÍCIAS MARÍTIMOS**

Catarina Huerta (cat\_huerta@hotmail.com)<sup>1</sup>, Isabel Leal<sup>1,2</sup>, & Lisa Matos<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Ispa – Instituto Universitário, Portugal; <sup>2</sup>William James Center for Research, Ispa – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

Enquanto profissionais de intervenção primária, agentes da polícia marítima que participam em missões de salvamento de populações em situação de refúgio estão repetidamente expostos a acontecimentos potencialmente traumáticos, passíveis de alterar as suas visões do mundo e criar sofrimento psicológico significativo. Este estudo qualitativo avaliou o impacto da participação nas missões nas crenças, objetivos de vida e sentido de propósito dos agentes, enquanto determinantes de ajustamento psicológico, utilizando o Modelo de Atribuição de Sentido ao trauma de Park (2010). Realizámos entrevistas semiestruturadas a 48 participantes, dos quais 6 são mulheres. Através de análise temática identificámos 7 temas relacionados com stressores (Temas: Vivências diretas com crianças em situação de refúgio; Naufrágios, cadáveres e salvamentos; Choque cultural) sentido global (Temas: Perceção de controlo; Justiça e segurança; Realização profissional; Valores sobre família) e impacto emocional (Temas: Sentimentos positivos e Sentimentos negativos) Os resultados sugerem a existência de fatores protetores determinantes de bem-estar psicológico e satisfação por compaixão no desempenho das suas funções.

*Palavras-Chave:* Atribuição de sentido, Profissionais de intervenção primária, Crescimento pós-traumático percebido, Polícia Marítima, Trauma.

## **"SE TIVERES FÉ, CONSEGUIES": ATRIBUIÇÕES DE SENTIDO À EXPERIÊNCIA DE REFÚGIO ERITREIA**

Sónia Amado (soniafcamado@hotmail.com)<sup>1</sup>, Isabel Leal<sup>1,2</sup>, & Lisa Matos<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Ispa – Instituto Universitário, Portugal; <sup>2</sup>William James Center for Research, Ispa – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

Embora a experiência de refúgio seja potencialmente traumática e associada a sofrimento psicológico significativo, estudos sugerem que também é passível de levar a ajustamento psicológico positivo. Este estudo qualitativo analisou os processos de atribuição de sentido ao trauma em refugiados eritreus em Portugal e reavaliações pós-fuga, segundo o Modelo de Atribuição de Sentido de Park (2010). Seis refugiados eritreus participaram em dois grupos focais. Através de análise temática, identificamos três temas: “Impotência e ausência de escolha”, enquanto determinante da decisão de abandono do país; “Fé, força e esperança: o consolo das crenças religiosas”, que evidencia a centralidade da religião durante as trajetórias do processamento cognitivo; e “Esperança num futuro reimaginado”, como indicador de reavaliações cognitivas positivas. Os resultados sugerem a disrupção de objetivos de vida enquanto determinante de sofrimento psicológico significativo em populações refugiadas, bem como a estabilidade das crenças religiosas nos processos de atribuição de sentido ao trauma.

*Palavras-Chave:* Atribuição de sentido, Trauma, Crenças centrais, Visões do mundo, Refugiados eritreus.

## **SAÚDE MENTAL, ESPERANÇA E COPING RESILIENTE DE PROFISSIONAIS DE SAÚDE**

Rute Meneses (rmeneses@ufp.edu.pt)<sup>1,2</sup>, Carla Barros<sup>1,2</sup>, & Ana Sani<sup>1,2,3</sup>

<sup>1</sup>Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Universidade Fernando Pessoa, Porto; <sup>2</sup>FP-I3ID, Research, Innovation and Development Institute da Fundação Fernando Pessoa; <sup>3</sup>Research Center on Child Studies (CIEC), Universidade do Minho, Braga

Ser profissional de saúde exige gerir múltiplos desafios diários com potencial impacto negativo na saúde mental. Vários estudos têm revelado que a esperança e a resiliência estão relacionadas com/predizem a saúde mental em amostras bastante diversas (em termos geográficos, etários, profissionais, de saúde, etc.). Os objetivos foram caracterizar e explorar a relação entre esperança, coping resiliente e saúde mental de profissionais de saúde portugueses. Através do Google Forms, 276 profissionais de saúde responderam ao GHQ-28, Escala de Futuro e Escala Breve de Coping Resiliente (estudo transversal). Os valores mínimos e máximos possíveis foram alcançados, com exceção do máximo do GHQ-28-Total. Relativamente à Esperança, 19,6% pontuou abaixo do ponto médio ( $M=43,46$ ,  $DP=11,97$ ); 29,3% revelaram baixa resiliência ( $M=14,93$ ,  $DP=4,05$ ); e a média de 4 dos 5 scores de Saúde mental (exceção: Depressão grave) indica probabilidade de se tratar de caso psiquiátrico. A esperança correlacionou-se com a Disfunção social e GHQ-28-Total; o coping resiliente revelou-se um preditor (fraco) de 4 dos 5 indicadores do GHQ-28 (exceção: Depressão grave). Os resultados sugerem a relevância de promover a saúde mental, esperança e coping resiliente da amostra e que a promoção do coping resiliente poderá ter um papel importante, mas insuficiente, na melhoria da sua Saúde mental.

*Palavras-Chave:* Saúde mental, Esperança, Coping resiliente, Resiliência, Profissionais de saúde.

## **QUALIDADE DE VIDA EM CUIDADORES FORMAIS NO PÓS PANDEMIA COVID-19**

Raquel Guimarães (anaraquelmguiaraes@gmail.com)<sup>1</sup>, Laura Brito<sup>1,2</sup>, Odete Alves<sup>2</sup>, Susana Pinheiro<sup>2</sup>, & Maria Graça Pereira<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Centro de Investigação em Psicologia (CIPsi), Escola de Psicologia, Universidade do Minho, Braga; <sup>2</sup>Plano IADem Investigação-Ação nas Demências, Ponte da Barca.

A pandemia global deixou uma marca indelével nos sistemas de saúde. O objetivo deste estudo foi avaliar as variáveis que contribuem para a qualidade de vida (QV) e o papel moderador do stress traumático secundário e compaixão na relação entre o distress/sobrecarga e a QV, em cuidadores formais que prestam cuidados diários básicos de saúde e higiene. Neste estudo transversal participaram 216 cuidadores de seis instituições particulares de solidariedade social e auxiliares de ação médica de um Hospital Central. Utilizaram-se os seguintes instrumentos: distress (DASS), comportamentos preventivos face ao Covid (PCIBS), stress traumático face ao Covid (C-TSS),

sobrecarga (ZBI), stress traumático secundário e compaixão (PROQOL) e QV (SF-12). Os resultados mostraram que o distress, sobrecarga e stress traumático secundário contribuíram para a QV física e mental. A idade contribui apenas para a QV física e a escolaridade para a QV Mental. A compaixão e o stress traumático secundário moderaram apenas a relação entre o distress/sobrecarga e a QV física. Os cuidadores formais devem ser monitorizados ao nível do distress e sobrecarga dada a sua importância na QV física e mental. A intervenção deve estar focada na promoção da compaixão bem como na gestão do stress traumático secundário como recursos fundamentais.

*Palavras-Chave:* Cuidadores Formais, Covid-19, Compaixão, Stress Traumático Secundário, Qualidade de Vida.

## **ASSERTIVENESS AMONG HEALTH STUDENTS: A LONGITUDINAL STUDY**

Ana Monteiro Grilo (ana.grilo@estesl.ipl.pt)<sup>1,2</sup>, Margarida Santos<sup>2,3</sup>, Graça Vinagre<sup>4</sup>, Joana Ferreira Martinho<sup>5</sup>, & Ana Isabel Gomes<sup>4,6</sup>

<sup>1</sup>H&TRC – Health & Technology Research Center, ESTeSL – Escola Superior de Tecnologia da Saúde, Instituto Politécnico de Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>CICPSI, Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>Escola Superior de Tecnologia da Saúde, Instituto Politécnico de Lisboa, Portugal; <sup>4</sup>Escola Superior de Enfermagem de Lisboa, Av. Prof. Egas Moniz, Lisboa, Portugal; <sup>5</sup>Câmara Municipal de Oliveira do Bairro, Portugal; <sup>6</sup> Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa, Portugal

Assertive communication has been identified as essential to enhance the performance of health teams and patient safety. Several studies have shown that patient safety incidents result from health professionals' difficulties in 'speaking up' during handover teamwork and in patients' location transfers. Additionally, assertive behaviour has been associated with reducing anxiety. This study assessed assertiveness among Portuguese undergraduate students from healthcare, considering both person and technique-oriented professions. Portuguese nursing and allied health students from two public higher education schools completed Scale for Interpersonal Behavior, and subjective perception of technical knowledge and communication skills in the first and third academic years. A total of 183 students completed the surveys. In the first year, students showed moderate to high scores on assertiveness; and perceived themselves as having good communicational skills. Distress associated with assertive behaviours increased significantly across time in students from technique-oriented compared with their peers in person-oriented courses. The results suggest that the health professions orientation and the courses' specific curriculum may have a role in how some dimensions evolved in the two groups of students. The increasing assertiveness-related discomfort highlighted the importance of assessing and monitoring students' emotionality during their initial interactions with patients.

*Keywords:* Assertiveness, Person and technique-oriented professions, Undergraduate health students, Perception of communication skills, Discomfort.

## **ALIMENTAÇÃO RESPONSIVA NOS JARDINS-DE-INFÂNCIA: OBSTÁCULOS E FACILITADORES DO PROCESSO DE MUDANÇA**

Ana Isabel Gomes (ana.fernandes.gomes@psicologia.ulisboa.pt)<sup>1</sup>, Luísa Barros<sup>1</sup>, Ana Catarina Leitão<sup>1</sup>, Francisca Simão<sup>1</sup>, Rosa Lemos<sup>1</sup>, & Dipti Dev<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa; <sup>2</sup>Department of Child Youth and Family Studies, University of Nebraska–Lincoln

O contexto escolar desempenha um papel relevante na promoção de hábitos saudáveis infantis, particularmente, os educadores de infância, pela relação próxima que mantêm com as crianças e influência que exercem através da sua própria conduta nas refeições. Existe, no entanto, uma

necessidade generalizada de formação sobre práticas alimentares em Portugal. É, pois, importante identificar as suas necessidades e desafios durante os momentos das refeições e apoiá-los na identificação de soluções práticas e ajustadas ao seu contexto e à especificidade das crianças que acompanham. Este trabalho tem como objetivo refletir sobre os obstáculos e facilitadores do processo de mudança identificados durante a implementação de um programa de promoção de práticas alimentares responsivas, EAT Family Style. Apesar de existir uma retenção elevada das participantes no programa, e indicadores positivos de aceitabilidade da intervenção, os níveis de envolvimento ativo nas sessões, sobretudo em relação à definição de objetivos e elaboração de planos de ação, foram moderados. Foram identificados vários obstáculos à adoção de práticas responsivas, maioritariamente relacionados com os recursos e regras do contexto escolar, comunicação com os pais e características das crianças. O processo de mudança promovido pelo programa mobilizou as educadoras a identificar soluções de compromisso e a intencionarem mudanças específicas no seu comportamento durante as refeições.

*Palavras-Chave:* Educação infantil, Crianças pequenas, Práticas alimentares responsivas, Facilitadores.

## **ADESÃO A COMPORTAMENTOS PREVENTIVOS DA COVID-19 EM JOVENS ADULTOS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA**

Maria da Graça Andrade (mgandrade@estesl.ipl.pt)<sup>1</sup>, Marina Almeida-Silva<sup>1</sup>, Tamara Luís<sup>2</sup>, Margarida Santos<sup>2,3</sup>, & Ana Grilo<sup>2,3</sup>

<sup>1</sup>H&TRC, Health and Technology Research Center, Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa, Instituto Politécnico de Lisboa; <sup>2</sup>Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa, Instituto Politécnico de Lisboa; <sup>3</sup>CICPsi – Research Center for Psychological Science, Faculty of Psychology, University of Lisbon, Portugal

O distanciamento social e o uso de máscara foram cruciais para prevenir a propagação do SARS-COV-2. Compreender os determinantes deste comportamento é essencial para promover uma comunicação eficaz com o público em futuras crises de saúde pública. Para identificar determinantes de adesão, foi realizada uma pesquisa sistemática da literatura, em dezembro de 2022, nas bases de dados PubMed, Scopus, Web of Science e EBSCO, com as diretrizes do PRISMA. Utilizou-se a combinação dos termos: COVID-19, SARS-COV-2, pandemias, crenças individuais, adultos jovens, máscaras, distanciamento social, adesão, intenção, recusa, hesitação, barreiras e determinantes. Oito estudos preencheram os critérios de elegibilidade. Nenhum dos estudos apresentou falhas graves de qualidade e todos apresentaram baixo risco de viés de seleção. Embora vários determinantes cognitivos do distanciamento social tenham sido considerados nos estudos, os resultados sobre influência no distanciamento social são heterogêneos. A percepção de risco e a gravidade percebida da COVID-19 e o seu efeito positivo. Alguns estudos verificaram que as crenças relacionadas com valores pessoais, e particularmente a responsabilidade social têm igualmente um papel na adesão ao distanciamento social. Estes resultados podem ser orientadores de futuras intervenções neste âmbito.

*Palavras-Chave:* Adesão, COVID-19, Utilização máscaras, Distanciamento social.

## **RELAÇÃO ENTRE O USO DE ANTIBIÓTICOS, SENSIBILIDADE MATERNA E QUALIDADE DA RELAÇÃO MÃE-FILHO(A)**

Marina Fuertes (marina@eslx.ipl.pt)<sup>1,2</sup>, & Francisco Dionisio<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Centro de Psicologia, University of Porto, Portugal; <sup>2</sup>Escola Superior de Educação de Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>cE3c —Centre for Ecology, Evolution and Environmental Changes, and Departamento de Biologia Vegetal, Faculdade de Ciências, Universidade de Lisboa

A segurança da vinculação tem sido associada ao estado de saúde e à sintomatologia. Neste estudo longitudinal, investigámos a associação entre o uso de antibióticos (em bebés do nascimento aos 9 meses), a interação mãe-filho/a e a vinculação mãe-bebé. Os dados de saúde foram recolhidos por anamnese e observámos 179 bebés em jogo livre com as mães aos 9 meses e na Situação Estranha aos 12 meses. Verificámos que 89,7% dos bebés com um padrão de vinculação insegura-ambivalente consumiram antibióticos, contrastando com apenas 32,5% dos bebés com vinculação evitante e 21,5% com vinculação segura. Análises de regressão logística indicaram que a sensibilidade maternal é um determinante do uso de antibióticos. Assim, o comportamento da mãe e a qualidade da vinculação estão associados ao uso de antibióticos, o que é preocupante, uma vez que os antibióticos acarretam riscos individuais de saúde (especialmente se a toma for prolongada) e para a sociedade ao promover a resistência aos antibióticos. Importa refletir sobre a relação entre profissionais de saúde e os pacientes. Os psicólogos podem ter um papel de mediação nessa relação e no apoio às famílias, especialmente no caso das crianças com doenças prolongadas, graves ou crónicas.

*Palavras-Chave:* Parentalidade, Toma de antibióticos, Vinculação mãe-filho, Intervenção precoce.

## **PROMOÇÃO DA LITERACIA EM SAÚDE DE CRIANÇAS E JOVENS NAS ESCOLAS PORTUGUESAS**

Sofiya Reshetar (sofiya.reshetar@campus.ul.pt)<sup>1</sup>, Ricardo R. Santos<sup>2</sup>, & Miguel Barbosa<sup>2,3</sup>

<sup>1</sup>Faculdade de Medicina, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB-FMUL). Faculdade de Medicina. Universidade de Lisboa. Lisboa. Portugal; <sup>3</sup>Centro de Investigação em Ciência Psicológica (CICPSI), Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, Portugal

A legislação portuguesa prevê programas para a promoção da saúde nas escolas como uma oportunidade para promover a aquisição de boas práticas e hábitos saudáveis, e desta forma, aumentar os níveis de literacia em saúde na população em idades cada vez mais jovens. Este estudo teve como objetivo avaliar a implementação de programas de promoção da literacia em saúde nas escolas portuguesas, identificar os momentos e a forma como são implementados. Dez diretores de agrupamentos escolares e dois diretores de escolas privadas, nos distritos de Faro, Beja, Setúbal, Lisboa, Portalegre, Santarém, Leiria e Porto, foram contactados para responder a um inquérito sobre a implementação de programas e estratégias de promoção da literacia em saúde e a perceção da sua eficácia nas respetivas escolas do 2º, 3º ciclo e ensino secundário. A maioria das escolas implementa programas e estratégias de promoção da literacia em saúde, no entanto, 50 a 66,7% dos diretores reconhece a integração feita como pouco suficiente. É possível identificar as lacunas existentes nos programas de promoção da literacia em saúde instituídos nas escolas portuguesas, de forma a atuar no sentido de aumentar os níveis de literacia em saúde de crianças e jovens.

*Palavras-Chave:* Literacia em saúde, Educação para a saúde, Projetos escolares, Saúde escolar, Promoção da saúde.

## **UM PROGRAMA DE PARENTALIDADE POSITIVA CO-CONSTRUÍDA: AVALIAÇÃO DOS RESULTADOS PRELIMINARES**

Cristina Cruz (cristina75cruz@gmail.com)<sup>1,2</sup>, Goreti Mendes<sup>1,2</sup>, & Dora Pereira<sup>2,3</sup>

<sup>1</sup>SRE-NAFAP, Portugal; <sup>2</sup>CIERL-Uma, Portugal; <sup>3</sup>Universidade da Madeira, Portugal

O Núcleo de Apoio à Família e Aconselhamento Parental (NAFAP) realiza sessões de terapia familiar na RAM, para famílias com filhos na escola. A par desta intervenção o Núcleo desenvolve uma investigação-ação ao nível da educação parental, sendo um dos temas abordados com as famílias o



suicídio e os comportamentos autolesivos. Os objetivos centram-se nas forças e no reforço das competências familiares, relacionais e individuais, necessárias para a construção do bem-estar dos jovens, na avaliação do risco do suicídio e dos comportamentos autolesivos. A metodologia de intervenção utilizada baseia-se no modelo colaborativo e nas técnicas ativas e expressivas em terapia familiar. Foi constituída uma amostra de 7 pais em acompanhamento no NAFAP, sendo os mesmos convidados para participar num programa criado por este serviço e centrado nas necessidades identificadas. A avaliação do programa foi feita através de um questionário de avaliação de uma escala de avaliação da implementação de programas em conjunto com um focus grupo. Nesta comunicação o NAFAP, vai apresentar os resultados do estudo exploratório que incidiu sobre a avaliação dos resultados da aplicação do programa de parentalidade positiva co-construída. A discussão incidirá sobre as implicações deste trabalho para intervenção com as famílias e prevenção do suicídio com jovens.

*Palavras-Chave:* Prevenção primária, Pais, Suicídio, Adolescência, Intervenção em grupo.

## **DESENVOLVIMENTO, COMPORTAMENTO E APRENDIZAGEM DE CRIANÇAS COM EXPERIÊNCIAS ADVERSAS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA**

Ana Silvano (anassilvano@gmail.com)<sup>1</sup>, Celeste Simões<sup>2</sup>, & Sofia Santos<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Faculdade de Motricidade Humana, Universidade de Lisboa; <sup>2</sup>Instituto de Saúde Ambiental, Faculdade de Medicina, Universidade de Lisboa; <sup>3</sup>UIDEF-Instituto da Educação, Faculdade de Motricidade Humana, Universidade de Lisboa

A promoção da saúde infantil tem conhecido um investimento crescente, decorrente do seu impacto no percurso desenvolvimental. O estudo das experiências adversas da infância (EAI) carece de atenção, devido ao foco na faixa etária adulta, o que justifica a pertinência desta revisão sistemática que visa analisar as relações da EAI no desenvolvimento, aprendizagem e comportamento infantojuvenil, e identificar a perceção do impacto nos próprios. Os critérios de inclusão englobam: crianças entre os 12 e 18 anos, vivência de EAI, dificuldades desenvolvimentais, problemas comportamentais e de aprendizagem; artigos escritos em inglês, português e espanhol, de 2018 a setembro 2023. As palavras-chave envolveram EAI, infância, desenvolvimento, comportamento e aprendizagem, utilizando os marcadores booleanos AND e OR. A busca dos artigos decorreu nas bases-de-dados: Medline, Scopus, ERIC, PubMed, Web-of- Science, Psycinfo. A seleção e síntese, simultânea e independente, dos artigos (leitura inicial de título/resumo e depois artigo completo) foi da responsabilidade de dois dos investigadores, recorrendo-se ao terceiro investigador em caso de desacordo. Todas as decisões foram comparadas e discutidas (fiabilidade interrespondente). As EAIs assumem influências negativas no desenvolvimento e parecem estar associadas a perturbações do neurodesenvolvimento, com impacto na aprendizagem. Refletir sobre medidas e estratégias/intervenções de mitigação das EAI é emergente.

*Palavras-Chave:* Infância, Experiências adversas, Desenvolvimento, Comportamento, Aprendizagem.

## **ASSOCIAÇÃO ENTRE A VINCULAÇÃO E ALEXITIMIA: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA**

Henrique Ginja Nunes (henriquegn97@gmail.com)<sup>1,4</sup>, Ana Catarina Cordeiro<sup>2</sup> & Miguel Barbosa<sup>1,3</sup>

<sup>1</sup>Faculdade de Medicina, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Centro Hospitalar Universitário Lisboa Norte, Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>Centro de Investigação em Ciência Psicológica (CICPSI), Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, Portugal; <sup>4</sup>Centro Hospitalar Universitário de São João, Unidade de Psiquiatria e Saúde Mental, Porto, Portugal

A alexitimia pode ser definida como uma característica da personalidade caracterizada por uma dificuldade em identificar e verbalizar emoções. Embora a etiologia da alexitimia seja desconhecida, alguns estudos têm demonstrado uma associação entre a vinculação insegura e a alexitimia. Este estudo teve como objetivo sistematizar os estudos que avaliaram a relação entre a vinculação e a alexitimia. Realizou-se uma revisão sistemática em março de 2021, pesquisando as palavras-chave "attachment" e "alexithymia" em três bases de dados. Incluíram-se apenas estudos com participantes adultos, que utilizaram medidas de vinculação e alexitimia. Foram incluídos 15 estudos, 14 transversais e um longitudinal. Verificou-se uma associação negativa entre o padrão de vinculação seguro e alexitimia e uma associação positiva entre o padrão de vinculação inseguro e alexitimia. Os estudos incluídos não mostraram consenso sobre os padrões de vinculação inseguros que se encontra mais relacionado com alexitimia. Os resultados sugerem uma relação entre o padrão de vinculação inseguro e a alexitimia. Os estudos divergem quanto ao padrão de vinculação inseguro mais associado à alexitimia. Contudo, verifica-se uma relação entre o padrão de vinculação ansioso e uma dificuldade na identificação de emoções e entre uma vinculação evitante e um tipo de pensamento orientado para o exterior.

*Palavras-Chave:* Vinculação, Alexitimia, Emoções, Saúde mental.

## **PARTE III**

### **COMUNICAÇÕES ESCRITAS**

## **AVALIAÇÃO E ORIENTAÇÃO PSICOSSEXUAL EM HOMENS PARA IMPLANTAÇÃO DE PRÓTESE PENIANA**

Carolina Amaral e Silva (caroldoamaralesilva@gmail.com)<sup>1</sup>, Jorge Cardoso<sup>2</sup>, & Tiago Mierzwa<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Centro Universitário UNINTER, Curitiba, Brasil; <sup>2</sup>LabPSI - Laboratório de Psicologia Egas Moniz, CiiEM - Centro de Investigação Interdisciplinar Egas Moniz, Egas Moniz School of Health & Science, Caparica, Portugal; <sup>3</sup>Hospital Nossa Senhora das Graças, Curitiba, Brasil

A cirurgia peniana representa a última linha terapêutica em homens com quadros graves e refratários de disfunção erétil ou doença de Peyronie. A progressão das dificuldades sexuais e o seu impacto relacional, bem como o aproximar de uma medida terapêutica invasiva e irreversível, tendem a provocar sofrimento psicológico que importa avaliar e atenuar. Este estudo visa apresentar um breve protocolo de avaliação e orientação de homens com indicação para implante de prótese peniana. Desenvolveu-se um protocolo de avaliação e orientação psicosssexual, destinado a homens indicados para colocação de uma prótese peniana. Baseados na prática clínica no campo da Sexologia e na revisão da literatura nesta área, encontraram-se 5 dimensões a ter em consideração no protocolo proposto. O protocolo inicia-se com a história psicosssexual individual, e enquadramento relacional e sócio-cultural da situação atual; segue-se uma fase de avaliação psicológica com recursos objetivos; prossegue-se com psicoeducação para os procedimentos cirúrgicos e aconselhamento psicosssexual para período pós-cirurgia; posteriormente, é recolhido o consentimento informado para a cirurgia; e entrega-se ao sujeito um guia com recomendações e sugestões. Este protocolo tem-se revelado adequado, embora possa se beneficiar de alguns ajustamentos. Apresenta-se, ainda, como recurso para análise de inabilidade para o procedimento.

*Palavras-chave:* Protocolo, Avaliação/orientação psicosssexual, Cirurgia, Prótese peniana.

## **VIVÊNCIA DA SEXUALIDADE EM MULHERES E CASAIS APÓS CANCRO DA MAMA**

Antonia Brasileiro Andrade (antoniabrasileiro@gmail.com)<sup>1</sup>, Catarina Ramos<sup>2</sup>, & Pedro Alexandre Costa<sup>3</sup>

<sup>1</sup>ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>LabPSI – Laboratório de Psicologia Egas Moniz, CiiEM – Centro de Investigação Interdisciplinar Egas Moniz, Egas Moniz School of Health & Science, Caparica, Portugal; <sup>3</sup>WJCR – William James Center for Research, ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

Na literatura, há uma elevada prevalência de problemas relacionados com a sexualidade em mulheres com cancro da mama (CM), que têm impacto na mulher e no casal. O nosso objetivo foi examinar como é a vivência da sexualidade após CM. No estudo quantitativo foram incluídas 125 mulheres ( $M = 46,45$ ;  $DP = 9,68$ ) com CM maioritariamente não metastático ( $n = 89$ ; 71,2%) e o tempo médio de diagnóstico de 67,33 meses ( $DP = 56,43$ ), que preencheram: CICS, DAS, PAIR, NSSS e FSFI. No estudo qualitativo foram incluídos 3 casais ( $M = 50,67$ ;  $DP = 4,72$ ). Verificou-se uma correlação significativa entre a satisfação sexual e a comunicação da doença, o ajustamento diádico, e a intimidade na relação. Da análise qualitativa constatou-se que houve forte impacto da doença na vivência da intimidade e da sexualidade; que o apoio e o suporte dos companheiros foram fundamentais para uma melhor gestão dos sintomas e, que a falta de suporte dos profissionais de saúde causou insatisfação nos casais. Este estudo contribui para uma melhor compreensão da vivência da sexualidade em mulheres e casais e para reiterar a importância do suporte dos profissionais de saúde nas implicações do CM na vivência da sexualidade.

*Palavras-Chave:* Cancro da mama, Comunicação sobre a doença, Satisfação sexual, Funcionamento sexual, Impacto do cancro no casal.

## **QUIET QUITTING, HIRING AND FIRING JUST A SOCIAL MEDIA TREND?**

Ana Rita Nunes (anaritanunes.psicologia@gmail.com)<sup>1</sup>, & Filipa Pimenta<sup>1,2</sup>

The concept of Quiet Quitting (QQ) has gained prominence in recent discussions, fueled by the widespread dissemination of content across various networks and through social communication channels. Nonetheless, the field of business management literature frequently links Quiet Quitting to the phenomena of Quiet Firing (QF) and Quiet Hiring (QH). The primary objective of this study was to develop scales, drawing from existing literature, that facilitate the assessment of QQ, QF, and QH concepts. The present quantitative study was conducted in a non-probabilistic sample, for convenience. In total, 118 professionally active Portuguese adults participated ( $M_{age}= 38,9$ ;  $SD= 11,5$ ; 61,7% women). It's important to note that this is an exploratory study, primarily due to the limited sample size collected in relation to the total number of items in the scales. An Exploratory Factor Analysis (EFA) was performed for all scales. The QQ scale consists of 13 items; the QH scale consists of 10 items; EFA showed 1 factor in both, and reliability was good ( $\alpha_{QQ}=0,93$ ;  $\alpha_{QH}=0,90$ ). The QF consists of 13 items and 3 factors (Dissatisfaction/Dropout, Professional Isolation and Impediment of Professional Development). The proposed models will require testing in future research endeavors to ascertain their validity and applicability.

*Keywords:* Psychological assessment, Quiet Quitting, Quiet Hiring, Quiet Firing

## **ENCONTRAR SIGNIFICADO NA PERDA: MEANING-MAKING E CRESCIMENTO PÓS-TRAUMÁTICO NO AJUSTAMENTO AO LUTO**

Margarida Ferreira de Almeida (margarida.almeida@ispa.pt)<sup>1</sup>, Catarina Ramos<sup>2</sup>, Alexandra Coelho<sup>3</sup>, & Isabel Leal<sup>1</sup>

<sup>1</sup>William James Center for Research (WJCR), Ispa – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Centro de Investigação Interdisciplinar Egas Moniz (CiiEM), Egas Moniz School of Science & Health; <sup>3</sup>Applied Psychology Research Center Capabilities and Inclusion (APPsyCI), Ispa – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

O sofrimento psicológico e existencial associado à antecipação de perda de um ente-querido, pode promover ou dificultar o ajustamento à perda. Considerando o modelo de *meaning-making*, encontrar significado na perda facilita o ajustamento psicológico e promove o desenvolvimento de crescimento pós-traumático (CPT). Os objetivos deste projeto são: explorar as estratégias de *meaning-making* utilizadas no luto; explorar e associar a experiência individual dos doentes com a experiência de ajustamento ao luto; analisar a evolução e o impacto do significado da vida (SdV) no CPT; e analisar os fatores inibidores e promotores do SdV e do CPT. Serão recrutados familiares de doentes em cuidados paliativos (CP), assim como doentes acompanhados em CP. Este projeto inclui três estudos, com metodologias mista, dois deles longitudinais, com três momentos de avaliação: antes da perda do ente-querido, 6 meses, e 12 meses após a perda. Este projeto permitirá acompanhar o processo desde o ajustamento ao fim-de-vida até ao ajustamento à perda. Pretende-se assim facilitar a investigação e intervenção em familiares de doentes em CP, providenciando uma compreensão profunda da experiência individual destes familiares. Pretende-se ainda sensibilizar a população para uma intervenção preventiva, promovendo um melhor ajustamento à perda de um ente-querido.

*Palavras-Chave:* Luto antecipatório, Significado da vida, Crescimento pessoal, Ajustamento psicológico, Espiritualidade, Cuidados paliativos, Cuidadores

## **IDADISMO E PRESTAÇÃO DE CUIDADOS: O PAPEL DA ANSIEDADE FACE AO ENVELHECIMENTO**

Marta Osório de Matos (marta.matos@iscte-iul.pt)<sup>1</sup>, & Gustavo Sugahara<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Iscte-Instituto Universitário de Lisboa (ISCTE-IUL), Centro de Investigação e Intervenção Social (Cis\_Iscte), Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Iscte-Instituto Universitário de Lisboa (ISCTE-IUL), Dinamia'CET\_Iscte, Lisboa, Portugal.

O papel das crenças dos cuidadores formais em estruturas residenciais de pessoas idosas não tem sido considerado na reflexão sobre a qualidade da prestação de cuidados. Dada a importância dos papéis sociais e das identidades no comportamento, este estudo pretende explorar as relações entre o papel dos estereótipos relativos às pessoas idosas e da ansiedade face ao próprio envelhecimento dos cuidadores formais, na qualidade (percebida) dos cuidados. Cuidadores formais de pessoas idosas ( $n=193$ ) responderam ao questionário de traços estereotípicos associados a pessoas idosas, à escala de ansiedade face ao próprio envelhecimento e o questionário de perceção da qualidade dos cuidados prestados. Um menor nível de ansiedade face ao próprio envelhecimento confirmou-se como variável mediadora entre os estereótipos positivos associados ao envelhecimento e a perceção de melhor qualidade dos cuidados prestados. Os estereótipos negativos associados ao envelhecimento associaram-se a níveis mais elevados de ansiedade face ao próprio envelhecimento. Estes resultados permitem-nos refletir sobre a relevância de incluir fatores individuais dos cuidadores formais no estudo da qualidade dos cuidados prestados, enfatizando o papel que a ansiedade face ao próprio envelhecimento desempenha como mecanismo explicativo entre uma visão mais positiva do envelhecimento e a qualidade dos cuidados prestado.

*Palavras-Chave:* Cuidadores formais, Pessoas idosas, Idadismo, Ansiedade face ao próprio envelhecimento, Qualidade de cuidados de saúde

## **INTERVENÇÃO NO RISCO DE PERTURBAÇÃO DE LUTO PROLONGADO EM CUIDADOS PALIATIVOS**

Tatiana Tavares (tatiana\_tavares\_98@hotmail.com)<sup>1</sup>, David Dias Neto<sup>1</sup>, Alexandra Coelho<sup>1</sup>, Ana Nunes da Silva<sup>2</sup>, Sara Albuquerque<sup>3</sup>, Inês Minhós<sup>4</sup>, Daniela Nogueira<sup>4</sup>, Andrea Mendes<sup>4</sup>, Mário Nascimento<sup>5</sup>, Joana Semedo<sup>5</sup>, & Margarida Ferreira de Almeida<sup>6</sup>

<sup>1</sup>Ispa – Instituto Universitário, Applied Psychology Research Center Capabilities and Inclusion (APPsyCI), Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>HEI-Lab, Universidade Lusófona, Lisboa, Portugal; <sup>4</sup>InLuto - Associação Portuguesa de Cuidados Integrados no Luto, Lisboa, Portugal; <sup>5</sup>Unidade de Medicina Paliativa, Centro Hospitalar Universitário Lisboa Norte, Lisboa, Portugal; <sup>6</sup>ISPA- Instituto Universitário, William James Center for Research (WJCR), Lisboa, Portugal

A prevalência de perturbação de luto prolongado, nomeadamente no contexto dos cuidados paliativos, é significativa. O foco na necessidade de adequação dos cuidados, com base numa avaliação sistemática do risco, para melhor resposta às necessidades individuais e melhor alocação dos recursos humanos, torna fundamental o estudo de intervenções adequadas ao nível do cuidado necessário. O presente estudo estuda a eficácia de uma intervenção breve – Empower – quando comparada com o tratamento atual. São ainda analisados os preditores da adesão à intervenção e do valor preventivo da intervenção. Trata-se de um estudo controlado randomizado exploratório. Os participantes, adultos familiares de utentes em cuidados paliativos, são alocados aleatoriamente em dois grupos. As medidas incluem autorrelatos de sintomatologia geral e de luto prolongado, bem como um conjunto de preditores considerados relevantes, verificados através das escalas: PG-13, HADS, ECR-RS, Briefcope, MSPSS, AAQ-2, IES-R, IAT-R, PTGI. Sendo este um estudo que está a decorrer no momento, é esperado que a intervenção testada seja eficaz para a população alvo em comparação com o tratamento atual. Este estudo contribui para a investigação de soluções breves, baseadas em evidência, para prevenir o luto prolongado.

*Palavras-Chave:* Luto prolongado, Cuidados paliativos, Cuidadores familiares, Capacitação, Randomização

## **QUALIDADE DE VIDA E AUTOESTIMA EM SOBREVIVENTES DE ACIDENTE VASCULAR CEREBRAL**

Sara Soares (sarasoares@ubi.pt)<sup>1</sup>, Paula Saraiva Carvalho<sup>1</sup>, & Jorge Gama<sup>1,2</sup>

O Acidente Vascular Cerebral (AVC) é uma condição crónica globalmente significativa, sendo a principal causa de deficiência física em adultos e a segunda maior causa de mortalidade em países de renda média a alta. Além dos impactos físicos, o AVC influencia a qualidade de vida (QV) e a autoestima das pessoas afetadas. Esta investigação baseia-se num estudo quantitativo, de carácter descritivo e transversal, avaliando os níveis de QV e autoestima em pacientes pós-AVC, considerando fatores sociodemográficos e clínicos. Foram encontradas associações positivas estatisticamente significativas entre o tipo de AVC e as habilitações literárias, presença de sequelas, duração da hospitalização e diagnóstico de diabetes. O tipo de AVC também se mostrou positivamente correlacionado com a QV, sendo que, o mesmo se pode dizer entre a autoestima e a QV. No entanto, as sequelas motoras mostraram-se negativamente correlacionadas com a QV. O género também se mostrou correlacionado com a QV tendo-se estimado um aumento médio de 26 pontos no score da QV dos homens. Este estudo contribui para a compreensão das complexidades do AVC, identificando fatores de risco que afetam o bem-estar dos pacientes. Ao reconhecer a importância de abordar tanto os aspetos físicos quanto os psicossociais do AVC, esperamos promover uma abordagem mais abrangente e holística no cuidado e suporte a estes doentes.

*Palavras-Chave:* Qualidade de vida, Autoestima, Acidente vascular cerebral, Saúde mental, Doença crónica

## **IMPLEMENTAÇÃO DE UMA INTERVENÇÃO PARENTAL COM FAMÍLIAS VULNERÁVEIS: PROTOCOLO PARA ESTUDO QUASE-EXPERIMENTAL**

Ana Catarina Canário (anacanario@fpce.up.pt)<sup>1</sup>, Rita Pinto<sup>1</sup>, Mariana Costa<sup>1</sup>, Catarina Silva Marques<sup>1</sup>, Filipa Sampaio<sup>2</sup>, Patty Leijten<sup>3</sup>, & Orlanda Cruz<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, Porto, Portugal; <sup>2</sup>Universidade de Uppsala, Uppsala, Suécia; <sup>3</sup>Universidade de Amesterdão, Amesterdão, Países Baixos

Apesar de vários estudos avaliarem os efeitos das intervenções parentais baseadas na evidência, pouco se sabe sobre os seus efeitos no ajustamento e bem-estar de famílias vulneráveis. O Standard Triplo P (STP) é uma intervenção de formato individual, adaptada às necessidades de cada família, eficaz na promoção do desenvolvimento das crianças e bem-estar familiar. Através de um design quase-experimental, o projeto RealFamilies tem como finalidade avaliar as características da implementação, os efeitos e o custo-efetividade do STP implementado em serviços da comunidade do distrito do Porto, junto de famílias vulneráveis com crianças de 6 a 12 anos ( $N > 100$ ). Os dados são recolhidos junto dos pais, das crianças e dos serviços sociais em três momentos de avaliação até 10 semanas após a intervenção, comparando os que recebem STP com os que recebem cuidados habituais. As variáveis de interesse incluem o comportamento, ajustamento psicológico, cortisol e bem-estar de crianças e pais, assim como os recursos de saúde a que as famílias recorrem. Os resultados informarão sobre a implementação e eficácia do STP na prática em contexto real, abordando os benefícios do STP na promoção do ajustamento e bem-estar das famílias, e para que famílias e em que circunstâncias o STP é rentável.

*Palavras-Chave:* Standard Triplo P, Ajustamento psicológico, Bem-estar, Famílias vulneráveis, Implementação, Contextos reais

## **PREDITORES DA AUTOIMAGEM GENITAL FEMININA EM MULHERES PORTUGUESAS**

Filipa Chaves (filipasantoschaves@gmail.com)<sup>1</sup>, & Ana Carvalheira<sup>1</sup>

<sup>1</sup>William James Center for Research, ISPA-Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

A autoimagem genital feminina (AIGF) é um fator determinante na saúde, função, comportamento e satisfação sexual das mulheres. O presente estudo teve como principais objetivos estudar as relações entre a AIGF e o duplo padrão sexual, o conhecimento da anatomia genital feminina e a frequência da masturbação e do orgasmo numa amostra de 604 mulheres maioritariamente portuguesas ( $M_{idade} = 28$ ). A pontuação média da AIGF foi positiva ( $M = 27,9$ ;  $DP = 5,60$ ; [7-35]). Uma análise de regressão múltipla hierárquica revelou os fatores preditores da AIGF: idade, escolaridade, prática religiosa, área de residência, frequência de orgasmo com parceiro/a, frequência de masturbação nos últimos 12 meses, frequência de masturbação na adolescência, conhecimento da anatomia genital feminina e o duplo padrão sexual explicaram, em conjunto, 27% da variância da AIGF. Destes, a frequência de orgasmo com parceiro/a, a frequência de masturbação nos últimos 12 meses e a adesão ao duplo padrão sexual apresentaram os maiores coeficientes ( $\beta = 0,32$ ;  $\beta = 0,18$  e  $\beta = -0,23$ , respetivamente), bem como as relações mais significativas com a AIGF,  $p < 0,001$ . Ampliar o conhecimento sobre este tema possibilita a discussão e estimula a criação de medidas de prevenção e intervenção que podem promover o bem-estar sexual e psicológico das mulheres.

*Palavras-Chave:* Saúde sexual, Autoimagem genital feminina, Preditores, Mulheres, Portuguesas

## **EXPRESSÃO SEXUAL DA DÍADE DE IDOSOS NA DEMÊNCIA**

Patrícia Baião (patricia.m.baião.silva@gmail.com)<sup>1</sup>, Sofia von Humboldt<sup>2</sup>, & Isabel Leal<sup>2</sup>

<sup>1</sup>ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>William James Research Center, ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

O diagnóstico de demência de um dos cônjuges da díade tem implicações na forma como os idosos se expressam sexualmente. Estudos anteriores focam-se na atividade sexual, negligenciando o amplo espectro da sexualidade. Este estudo tem como objetivo identificar o conceito de expressão sexual e perceber de que forma a díade de idosos expressa a sua sexualidade, após o diagnóstico de demência. A amostra, não probabilística, por conveniência e bola de neve, é constituída por dez idosos, cônjuges do parceiro com demência a residirem na comunidade. Os dados qualitativos foram recolhidos através de um questionário sociodemográfico e entrevistas semiestruturadas, posteriormente submetidos à análise de conteúdo. Para o conceito de expressão sexual identificaram-se 8 categorias: Afetividade; Relações sexuais; Expressão amorosa; Comunicação; Suporte e cuidado; Bem-estar; Companheirismo e Atitudes. Relativamente a formas de expressão sexual obtiveram-se 6 categorias: Manifestações de afeto e de cuidado; Diminuição do interesse sexual; Desejo sexual; Existência de relações sexuais; Surgimento de outros interesses e Impacto da menopausa na expressão sexual. Este estudo oferece uma representação diversificada da expressão sexual, enfatiza a importância do afeto e do cuidado para os idosos se manterem sexualmente ativos e contribui para o desenvolvimento de programas e intervenções de promoção de saúde e bem-estar sexual.

*Palavras-Chave:* Expressão sexual, Díade, Diagnóstico, Demência, Idosos

## **A COMPLEMENTARIDADE ENTRE CUIDADOS FORMAIS E INFORMAIS EM PESSOAS IDOSAS**

Francisca Castanheira (franciscadcastanheira@gmail.com)<sup>1</sup>, & Marta Matos<sup>1</sup>

<sup>1</sup>ISCTE - Instituto Universitário de Lisboa e Centro de Investigação e Intervenção Social (CIS), Lisboa, Portugal

Na sequência de uma preocupação crescente com a prestação de cuidados à população idosa, tem havido um foco crescente no bem-estar dos cuidadores informais pelo facto de serem cada vez mais um recurso das famílias. O recurso a serviços e cuidadores formais poderá ser um recurso para os cuidadores informais com repercussões positivas no seu estado de saúde. Neste sentido, o presente estudo teve como objetivo mapear a literatura sobre o fenómeno de complementaridade que os serviços/cuidadores formais introduzem na prestação de cuidados a pessoas idosas, através da perspectiva do cuidador informal. Assim, realizou-se uma revisão scoping, sustentada na metodologia



do Joanna Briggs Institute e foram incluídos cinco estudos quantitativos. Como resultado desta revisão scoping constata-se que a sobrecarga do cuidador informal é o outcome mais frequente e que os cuidadores informais que não utilizavam suporte formal no domicílio tinham uma sobrecarga mais elevada. Esta revisão demonstra uma escassa produção de evidência empírica sobre a complementaridade entre o suporte formal e o informal, deixando clara a necessidade de se desenvolverem mais investigações sobre o potencial protetor do recurso a cuidados formais para complementar a prestação de cuidados a pessoas idosas, no sentido da promoção de saúde do cuidador informal.

*Palavras-Chave:* Complementaridade, Cuidador informal, Cuidador formal, População idosa, Bem-estar

## **PERCEÇÕES DE SEGURANÇA NA VINCULAÇÃO AOS PAIS E VERGONHA NA ADOLESCÊNCIA**

Sandra Gerulaitis (sandra.rgomesg@gmail.com)<sup>1</sup>, Maryse Guedes<sup>2</sup>, & Manuela Veríssimo<sup>2</sup>

<sup>1</sup>ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>William James Center for Research – ISPA, Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

A vergonha resulta de um conjunto de ideias complexas acerca do eu e, quando intensa e prolongada, pode interferir no ajustamento socioemocional dos adolescentes. A investigação com jovens adultos mostrou que a vinculação aos pais se associa com a vergonha. Face à escassez de investigações noutros períodos desenvolvimentais, este estudo teve como objetivo examinar as associações entre as perceções de porto de abrigo e base segura na relação com ambos os pais e a vergonha na adolescência. Neste estudo transversal, participaram 312 adolescentes (45% rapazes) que tinham, em média, 12 anos, recrutados numa escola da região de Lisboa. Os participantes responderam ao *Security Scale Questionnaire* e à *Escala de Vergonha Externa e Interna para Adolescentes*. Valores mais elevados de base segura e porto de abrigo na relação com ambos os pais mostraram associações estatisticamente significativas com menores autorrelatos de vergonha total, interna e externa. Os resultados obtidos são consistentes com a investigação com jovens adultos e salientam o papel das perceções de segurança na relação com os pais. Estes resultados reforçam a importância de intervenções centradas na família e na reestruturação das representações dos adolescentes acerca da relação com os pais para minimizar sentimentos de vergonha.

*Palavras-Chave:* Vinculação, Vergonha, Base segura, Porto de abrigo, Adolescência

## **PRIVAÇÃO DE SONO NA MANIFESTAÇÃO DE SINTOMAS PSICÓTICOS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA**

Carolina Canário<sup>1</sup>, & Marta Gonçalves-Montera<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal

A privação de sono provoca diversas consequências adversas, podendo induzir sintomas psicóticos (alucinações e delírios). Para caracterizar a relação entre a privação de sono e a manifestação de sintomas psicóticos, foi conduzida uma revisão sistemática, seguindo as orientações de PRISMA e Cochrane, incluindo literatura científica e cinzenta, em sete bases de dados (*EBSCO*, *PubMed*, *Web of Science*, *Scopus*, *ProQuest*, *RCAAP*, *PsyArXiv*). Sintetizou-se o processo de exclusão/inclusão no diagrama do PRISMA e analisaram-se qualitativamente os 18 estudos elegíveis entre os 796 extraídos por: (1) data de publicação e país de origem, (2) tipo e objetivo de estudo, (3) tipo e duração da privação; (4) sintoma psicótico e (5) dados dos participantes. Os resultados demonstraram que, em 17 dos 18 estudos, os indivíduos adultos em privação de sono por um período igual ou superior a 24 horas, manifestaram sintomas psicóticos - sendo as alucinações visuais, as mais frequentes. A privação de sono voluntária, demonstrou ser a mais prevalente e variada em termos de duração da

privação (24 - 212 horas). Verifica-se concordância dos resultados com as hipóteses iniciais e com a revisão de Waters et al. (2018). Apresentam-se limitações e propostas de estudos futuros.

*Palavras-Chave:* Privação de sono, Sintomas psicóticos, Alucinações, Delírios, Revisão sistemática, Psicologia clínica e da saúde

## **HEALTHCARE PROFESSIONALS' EXPERIENCES ON PARENT-CHILDREN COMMUNICATION OF GENETIC RISK: A SCOPING REVIEW**

Catarina Seidi (seidic@ua.pt)<sup>1,2</sup>, Líliliana Sousa<sup>1</sup>, & Álvaro Mendes<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Center for Health Technology and Services Research (CINTESIS@RISE), Department of Education and Psychology, University of Aveiro, Aveiro, Portugal; <sup>2</sup>UnIGENE and CGPP – Centro de Genética Preditiva e Preventiva, IBMC – Institute for Molecular and Cell Biology, i3S – Instituto de Investigação e Inovação em Saúde, University of Porto, Porto, Portugal.

Genetic alterations leading to inherited diseases can be passed on to children. In genetic counselling, parents often seek guidance on how best to communicate this risk to their young children. Few studies have explored healthcare professionals' (HCPs) perspectives on facilitating this communication. This scoping review aims to summarize evidence on the roles, experiences, and challenges of HCPs regarding the communication of genetic risk information between parents and their young children (<24 years). Following JBI and PRISMA guidelines, this review analyzed peer-reviewed primary research articles focusing on HCPs perspectives, published in English from 1997 onwards. Four databases (Web of Science, PubMed, PsycINFO and Scopus) were searched and 5 articles met the eligibility criteria for analysis. These were published between 2010 and 2020, with two conducted in Australia. All were retrospective qualitative studies, using interviews and focus groups. Preliminary analysis indicate HCPs feel responsible for supporting parent-child communication, providing information on the condition, and offering guidance on how best to inform children. However, they face challenges due to insufficient resources and training. Further research is needed to clarify HCP's scope of practice, roles and needs in facilitating parent-child communication about genetic risk.

*Keywords:* Genetic counselling, Hereditary disease, Genetic risk, Young children, Parent-children communication

## **DIAGNÓSTICO DO CONTEXTO DE TRABALHO DE UMA ESCOLA ESTADUAL DE PERÍODO INTEGRAL**

Maria Schmidt (mlschmidt@uol.com.br)<sup>1</sup>, Helena Capellini<sup>1</sup>, Luana Diniz<sup>1</sup>, Líliliane Rotoli<sup>1</sup>, & Márcia Almeida<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Faculdade de Ciências e Letras – Unesp, Campus de Assis/SP, São Paulo, Brasil

Trata-se de um relato de experiência de estágio em Psicologia que teve como objetivo diagnosticar aspectos da organização, condições e relações socioprofissionais de trabalho de uma escola estadual de período integral. Para a coleta de dados, foi utilizada a Escala de Avaliação do Contexto de Trabalho (EACT) tendo como respondentes 28 professores. A análise dos dados foi realizada por meio dos softwares Excel e RStudio versão 1.1.423. O cálculo do coeficiente alfa de Cronbach ( $\alpha$ ) indicou coerência nas respostas e consistência interna entre as questões e as dimensões, fornecendo os valores: Organização do Trabalho (OT) ( $\alpha=0,73$ ;  $M = 3,39$ ), Condições de Trabalho (CT) ( $\alpha=0,83$ ,  $M = 2,63$ ), Relações Socioprofissionais (RS) ( $\alpha=0,84$ ;  $M = 2,29$ ). De acordo com os parâmetros estabelecidos para análise da EACT, as médias das dimensões organização e condições de trabalho revelaram resultado crítico e da dimensão relações socioprofissionais resultado satisfatório. Os resultados revelam que o contexto de trabalho dessa escola não é totalmente favorável, pois sinaliza situação de alerta nas dimensões organização e condições do trabalho, demandando a implementação de intervenções em prol da prevenção de adoecimento dos professores.

*Palavras-Chave:* Contexto de trabalho, Saúde mental e trabalho, Professores, Escola de período integral

## **PERCEÇÃO DOS PROFESSORES SOBRE O CONTEXTO DE TRABALHO DE UMA ESCOLA MUNICIPAL**

Maria Schmidt (mlschmidt@uol.com.br)<sup>1</sup>, Monica Nicoli<sup>1</sup>, Rafaela Pankowski<sup>1</sup>, Liliane Rotoli<sup>1</sup>, Gabriel da Cruz<sup>1</sup>, & Ana Bononi<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Faculdade de Ciências e Letras – Unesp, Campus de Assis/SP, São Paulo, Brasil

O objetivo desse trabalho foi diagnosticar a percepção de professores sobre os aspectos da organização, condições e relações socioprofissionais de trabalho de uma escola municipal. Para a coleta de dados, foi utilizada a Escala de Avaliação do Contexto de Trabalho (EACT) tendo 21 respondentes. A análise descritiva dos dados foi realizada por meio dos softwares Excel e RStudio versão 1.1.423. O cálculo do coeficiente alfa de Cronbach ( $\alpha$ ) indicou coerência nas respostas e consistência interna entre as questões e as dimensões, fornecendo os valores: Organização do Trabalho (OT) ( $\alpha=0,87$ ;  $M=3,43$ ), Condições de Trabalho (CT) ( $\alpha=0,78$ ;  $M=2,71$ ), Relações Socioprofissionais (RS) ( $\alpha=0,90$ ;  $M=2,44$ ). De acordo com os parâmetros estabelecidos para análise da EACT, as médias das três dimensões revelaram resultado crítico que indica que o contexto de trabalho possui aspectos que podem comprometer a saúde mental dos professores demandando a implementação de intervenções no ambiente laboral em prol da prevenção de adoecimento mental desses trabalhadores.

*Palavras-Chave:* Contexto de trabalho, Saúde mental e trabalho, Professores

## **ATENÇÃO PLENA E AUTOCOMPAIXÃO NO BEM-ESTAR PSICOLÓGICO DOS ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS**

Ana Marques (ana.resendemarques58@gmail.com)<sup>1</sup>, Renata Farias<sup>1</sup>, Raquel Pereira<sup>1</sup>, Carolina Agostinho<sup>1</sup>, Raquel Silva<sup>1</sup>, & Cátia Oliveira<sup>1,2,3</sup>

<sup>1</sup>Universidade Lusófona – Centro Universitário do Porto, Porto, Portugal; <sup>2</sup>Universidade Lusófona, HEI-Lab: Laboratórios Digitais de Ambientes e Interações Humanas, Portugal; <sup>3</sup>CPUP, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto, Porto, Portugal

Estudos científicos recentes têm demonstrado uma correlação negativa entre a atenção plena e a autocompaixão e dificuldades psicológicas sentidas pelos estudantes. O treino destas competências parece contribuir para uma vivência mais saudável e resiliente desta fase de vida, da parte dos estudantes. O presente estudo pretende explorar a influência da atenção plena e autocompaixão nos níveis de bem-estar sentidos, numa amostra de estudantes universitários. Participaram neste estudo 27 estudantes universitários da Universidade Lusófona – Centro Universitário do Porto, com idades entre os 18 e os 48 anos. Todos os estudantes preencheram um Questionário Sociodemográfico, o MAAS, o SELFCS e o EBEP. Uma análise de regressão linear demonstrou a existência de uma solução estatisticamente significativa, sugerindo que a atenção plena e autocompaixão predizem significativamente os níveis de bem-estar psicológico dos estudantes, explicando cerca de 51% da sua variabilidade ( $R^2_{ajustado} = 0,514$ ). A autocompaixão surgiu como preditor significativo ( $\beta = 0,741$ ;  $p < 0,001$ ). Os resultados do presente estudo reforçam as possíveis vantagens na implementação de programas de intervenção baseados no Mindfulness nas instituições de ensino superior, podendo os mesmos contribuir para a diminuição de dificuldades psicológicas e baixos níveis de bem-estar frequentemente apresentados pelos estudantes universitários.

*Palavras-Chave:* Atenção plena, Autocompaixão, Bem-estar psicológico, Estudantes universitários.

## **PERCEÇÃO DO STRESS EM ESTUDANTES DO ENSINO SUPERIOR: FATORES PSICOLÓGICOS ASSOCIADOS**

Renata Farias (renatasanfarias@gmail.com)<sup>1</sup>, Ana Marques<sup>1</sup>, Raquel Pereira<sup>1</sup>, Carolina Agostinho<sup>1</sup>, Raquel Silva<sup>1</sup>, & Cátia Oliveira<sup>1,2,3</sup>

<sup>1</sup>Universidade Lusófona – Centro Universitário do Porto, Porto, Portugal; <sup>2</sup>Universidade Lusófona, HEI-Lab: Laboratórios Digitais de Ambientes e Interações Humanas, Portugal, Porto, Portugal; <sup>3</sup>CPUP, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto, Porto, Portugal

A entrada no Ensino Superior é muitas vezes sentida pelos estudantes como uma fase que provoca altos níveis de stress. As exigências ao nível das competências cognitivas, emocionais e sociais nesta população tende a ter um impacto negativo na sua saúde mental. O presente estudo pretende explorar a relação entre o *mindfulness* e as dificuldades na regulação emocional na perceção de stress após entrada no ensino superior. Participaram neste estudo 27 estudantes universitários da Universidade Lusófona – Centro Universitário do Porto, com uma média de 23 anos de idade. Todos os estudantes preencheram um Questionário Sociodemográfico, o FFMQ e o EDRE. Numa análise de regressão múltipla (método *enter*) surgiu uma solução estatisticamente significativa, sendo que o *mindfulness* e as dificuldades na regulação emocional predizem significativamente a perceção dos níveis de stress dos estudantes aquando entrada no ensino superior. Estas variáveis explicaram cerca de 30% da variável critério ( $R^2_{\text{ajustado}} = 0,296$ ). A regulação emocional surgiu como como preditor significativo ( $\beta = 0,610$ ;  $p < 0,001$ ). Os resultados demonstraram uma relação significativa entre as variáveis em estudo, reforçando a necessidade de implementação de programas de prevenção e intervenção na saúde mental em estudantes do ensino superior.

*Palavras-Chave:* Mindfulness, Stress, Regulação emocional, Ensino superior

## **CUIDADORES FORMAIS E AVALIAÇÃO DA DOR CRÓNICA: BARREIRAS E FACILITADORES**

Silvia Ramos Purificação (starp@iscte.iul.pt)<sup>1</sup>, Marta Matos<sup>1</sup>, & Sónia Bernardes<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Iscte – Instituto Universitário de Lisboa, Lisboa, Portugal

A experiência de dor crónica (DC) é complexa, subjetiva e multidimensional. Diversos estudos indicam que frequentemente a DC não é identificada nem tratada devidamente em pessoas idosas institucionalizadas. Este estudo pretende explorar as experiências de cuidadores formais, quanto ao reconhecimento e avaliação da dor crónica em pessoas idosas institucionalizadas. Pretende-se identificar e sumarizar as múltiplas barreiras e facilitadores ao reconhecimento e à avaliação da DC neste contexto. Para tal, realizaram-se sete grupos focais, em formato online, a 37 participantes entre os 25 e os 56 de idade, de diferentes categorias profissionais - ajudantes de ação direta, fisioterapeutas, enfermeiros/as, psicólogos/as, técnicos/as de serviço social e diretores/as de estruturas residenciais para pessoas idosas. Os dados foram analisados através de análise temática, com software NVivo. Os resultados foram distribuídos por dois temas: 1) Estratégias e facilitadores ao reconhecimento e avaliação da DC; 2) Barreiras ao reconhecimento e avaliação da DC, ao nível do/a residente, cuidador/a e da organização. O presente estudo contribui para uma identificação das limitações e complexidades da avaliação da dor crónica em ERPI adotando uma perspetiva multinível e multi-profissional. Este é um estudo pioneiro em Portugal que contribuiu para a melhoria da prestação de cuidados a pessoas idosas com DC.

*Palavras-Chave:* Dor crónica, Reconhecimento da dor, Avaliação da dor, Pessoas idosas, Suporte social formal.

## **LEVANTAMENTO DE BARREIRAS PERCEBIDAS RELACIONADAS AO AUTOCUIDADO DE SAÚDE PÓS TRANSPLANTE CARDÍACO**

Eduardo Remor (eduardo.remor@ufrgs.br)<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Brasil

Após o transplante cardíaco (TxC), quando o paciente não consegue investir adequadamente no autocuidado e aderir ao tratamento proposto, existe risco de insucesso do procedimento. O autor elaborou um instrumento para identificar os fatores que dificultam a adesão do tratamento no pós TxC. O inventário de barreiras faz um levantamento qualitativo das barreiras percebidas pelo paciente (até 5), permitindo uma análise personalizada, e um escore quantitativo da frequência de barreiras percebidas e seu grau de dificuldade. Foram entrevistados 63 pacientes, destes 54 referiram ao menos uma barreira percebida, 43 relataram duas barreiras, 23 relataram três barreiras, cinco quatro barreiras e dois cinco barreiras. A natureza das barreiras variou de um paciente a outro. O grau de dificuldade que as barreiras impõem a adesão ao tratamento e autocuidado variou em função da frequência. Por exemplo, relato de uma barreira ( $M=2,7$ ), relato de cinco barreiras ( $M=3,5$ ). O grau de dificuldade foi associado a não adesão ao horário da toma dos medicamentos imunossupressores ( $\rho=-0,36$ ;  $p=0,006$ ). A identificação das barreiras para o autocuidado de saúde pós TxC são necessárias e podem auxiliar no manejo das dificuldades e no planejamento de estratégias de autocuidado personalizadas as dificuldades de cada indivíduo transplantado.

*Palavras-Chave:* Transplante cardíaco, Adesão ao tratamento, Autocuidado, Barreiras

## **MEDDIETMENUS4CAMPUS: PROMOTING STAKEHOLDER ADHERENCE TO MEDITERRANEAN DIET ON CAMPUS**

Marília Prada (marilia\_prada@iscte-iul.pt)<sup>1</sup>, Ada Rocha<sup>2</sup>, Cláudia Viegas<sup>3</sup>, Sandra Gomes<sup>4</sup>, Mafalda Nogueira<sup>4</sup>, Sanja Vidaček Filipec<sup>5</sup>, Zvonimir Šatalić<sup>5</sup>, Marija Cerjak<sup>6</sup>, & Derya Dikmen<sup>7</sup>

<sup>1</sup>Iscte – Instituto Universitário de Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação – Universidade do Porto, Portugal; <sup>3</sup>Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa do Instituto Politécnico de Lisboa, Portugal; <sup>4</sup>Instituto Português de Administração de Marketing Porto-EuropeiaID, Portugal; <sup>5</sup>Faculty of Food Technology and Biotechnology – University of Zagreb, Croatia; <sup>6</sup>Faculty of Agriculture – University of Zagreb, Croatia; <sup>7</sup>Faculty of Health Sciences – Hacettepe University, Turkey

Food service has been drifting away from the Mediterranean Food Pattern (MFP). This project - developed in Portugal, Turkey, and Croatia - aims to identify the compliance of food service menus with the MD in public high education institutes canteens, pinpointing opportunities to intervene, namely: 1) promoting changes in the food offer addressing proximity to the MFP, creating, and offering plant-based meals, with seasonable and local food products and 2) developing tailored social marketing strategies to engaging stakeholders to encourage healthier and sustainable food habits. We developed an index to evaluate compliance of menus with the MD and identified priority stakeholders. We will evaluate perceptions about the MD, as well as identifying the main barriers/facilitators to MD adherence. The findings will inform the development of tools to empower the catering industry and consumers to understand the proposed menu methodology and a new food concept/product (“meal-on-the-go”). We will design social/emotional marketing strategies directed to stakeholders to achieve food behaviour change. The project's main ambition is to change the food service paradigm, by creating and implementing a new healthy and sustainable food service concept that truly complies with the Mediterranean diet, as well as solutions that comply with consumers new needs.

*Palavras-Chave:* Alimentação saudável, Ensino superior, Dieta mediterrânea

## **PSYCHOMETRIC PROPERTIES OF THE THREE FACTOR EATING QUESTIONNAIRE (TFEQ-R21) IN MIDDLE-AGED WOMEN**

Mafalda Leitão (mleitao@ispa.pt)<sup>1</sup>, Faustino Pérez-López<sup>2</sup>, Filipa Pimenta<sup>1</sup>, & João Marôco<sup>1,3</sup>

<sup>1</sup>WJCR - William James Center for Research, ISPA - Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Aragón Health Research Institute, University of Zaragoza Faculty of Medicine, Zaragoza, Spain; <sup>3</sup>FLU Pedagogy, Nord University, Bodø, Norway

Eating behaviour can exert a substantial influence on the development of obesity, a condition intricately linked with a spectrum of comorbidities (e.g., cancer, cardiovascular diseases, endocrine disorders). Obesity is more prevalent among middle-aged women, particularly during menopause, coinciding with an increase in the incidence of disordered eating behaviours. This study aims to identify the factor structure and psychometric properties of the Portuguese version of the Three Factor Eating Questionnaire (TFEQ-R21) in middle-aged women. A total of 1895 middle-aged Portuguese women completed a sociodemographic questionnaire alongside the TFEQ-R21, comprising 21 items distributed across three dimensions (cognitive restraint, uncontrolled eating, and emotional eating). Descriptive analyses, construct and criterion validities, and reliability were performed using the R-Lavaan. The three-factor structure model presented a good fit (Comparative Fit Index=0.97; Tucker-Lewis Index=0.97; Root mean square error of approximation=0.08 [ $p<.001$ ]; Standardized root mean square residual=0.07). The TFEQ-R21 attests to its convergent validity ( $0.41<\text{average variance extracted}<0.80$ ) and reliability (Cronbach's  $\alpha$ :  $0.82<\alpha<0.96$ , and McDonald's omega:  $0.66<\omega<0.92$ ). The TFEQ-R21 showed criterion and discriminant validities. The TFEQ-R21 tool has proven to be valid and reliable for assessing eating behaviour among middle-aged women. It offers valuable utility within the domain of weight management interventions, facilitating the identification and mitigation of dysfunctional eating behaviours, especially during this life stage.

*Keywords:* Eating behaviour, Instrument validation, Middle-aged women, Obesity, TFEQ-R21, Weight management

## **SOBREVIVENTES DE AVC: QUALIDADE DE VIDA E SUPORTE SOCIAL**

Beatriz Pires (biaoliveirapires2000@gmail.com)<sup>1</sup>, Cláudia Mendes Silva<sup>1,2</sup>, & Paula Carvalho<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Departamento de Psicologia e Educação, FCSH, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal; <sup>2</sup>CIDESD, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal

O Acidente Vascular Cerebral (AVC) é um problema de saúde pública e uma das principais causas de morte no mundo, incluindo Portugal, onde também é a principal causa de incapacidade permanente. Este estudo teve como objetivo avaliar os níveis de qualidade de vida (QdV) e suporte social em sobreviventes de AVC. Trata-se de uma investigação quantitativa e transversal, que incluiu 108 participantes com idades entre 33 e 88 anos ( $M = 68,36$ ;  $DP = 13,02$ ). A recolha de dados ocorreu em dois hospitais do centro do país, utilizando a Escala de Qualidade de Vida Específica para Utentes que Sofreram um AVC (EQVE-AVC) e a Escala de Apoio Social (EAS). Os resultados mostraram diferenças significativas nos níveis de QdV em função do género e de variáveis clínicas (existência de sequelas e tempo de hospitalização). Verificaram-se também diferenças nos níveis de suporte social em função do estado civil. Embora não tenha sido encontrada correlação significativa entre a QdV e o suporte social, a QdV e as suas dimensões correlacionaram-se negativamente com a idade. Em conclusão, este estudo enfatiza a importância de abordagens personalizadas na reabilitação e cuidados pós-AVC, bem como a necessidade de programas educacionais contínuos e apoio psicossocial para sobreviventes de AVC.

*Palavras-Chave:* Acidente vascular cerebral, Qualidade de vida, Suporte social, Sobreviventes

## **CONSUMERS PERCEPTIONS ABOUT CEREAL BARS**

Magda Saraiva (msaraiva@ispa.pt)<sup>1</sup>, Margarida Vaz Garrido<sup>2</sup>, Cláudia Viegas<sup>3</sup>, & Marília Prada<sup>2</sup>

<sup>1</sup>William James Center for Research (WJCR), Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Iscte - Instituto Universitário de Lisboa, CIS\_Iscte, Lisboa, Portugal;

<sup>3</sup>Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa, Lisboa, Portugal

The fast pace of our daily lives often prompts consumers to seek convenient and ready-to-eat snacks, such as cereal bars. This study aims to examine the nutritional profile of cereal bars, as well as consumers' perceptions about different types of these products. Study 1 examined the nutritional

profile of 277 cereal bars from two major Portuguese retailers. In Study 2 ( $N = 373$ ) we examined how individuals perceive these products across eleven dimensions (e.g., healthfulness) and explored motives for consuming (or not) them. Study 1 showed that most of these products do not comply with the current guidelines for key nutrients (e.g., sugar, fat). Critically, cheaper products were those presenting more sugar. Study 2 showed that individuals rated the bars as tasty but also unhealthy, highly caloric, highly processed, and unsuitable for athletes, children, and weight loss. Participants overestimated the content of most nutrients contained in cereal bars and most indicated more reasons for not consuming (e.g., highly processed) than consuming (e.g., convenience) these products. Our findings call for action from multiple stakeholders (e.g., governments, industry) toward improving cereal bar nutritional profile and advancing our understanding of consumers' perceptions of these products to facilitate healthier choices.

*Keywords:* Cereal bars, Nutritional profile, Consumer perceptions

## **INTERVENÇÕES DIRIGIDAS À INIBIÇÃO COMPORTAMENTAL NOS ANOS PRÉ-ESCOLARES: UMA REVISÃO RÁPIDA**

Ana Santos (afsantos@ispa.pt)<sup>1</sup>, Rita Maia<sup>1</sup>, Manuela Veríssimo<sup>1</sup>, António Santos<sup>1</sup>, & Maryse Guedes<sup>1</sup>

<sup>1</sup>William James Center for Research, ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

A inibição comportamental (IC) elevada e estável nos anos pré-escolares tem sido associada a resultados socioemocionais negativos futuros (Rubin & Chronis-Tuscano, 2021) e a uma maior desregulação emocional durante a crise pandémica (Zeytinoglu et al., 2021). Esta revisão rápida teve como objetivo sintetizar, em tempo útil, as intervenções dirigidas à IC nos anos pré-escolares eficazes na melhoria dos resultados socioemocionais positivos e negativos das crianças. Foram incluídos ensaios randomizados controlados sobre intervenções psicológicas de prevenção seletiva, publicados entre janeiro de 1991 e dezembro de 2021 e conduzidos com crianças dos 3 aos 5 anos, avaliadas como inibidas com recurso a medidas válidas. A pesquisa foi realizada na PsycINFO, Web of Science, Scopus e PubMed. Foram identificados 13 ensaios randomizados controlados referentes a quatro intervenções psicológicas eficazes na melhoria dos resultados socioemocionais positivos e negativos das crianças a curto prazo. Os resultados evidenciam a necessidade de ensaios randomizados de larga escala, com amostras diversificadas e avaliações de follow-up a médio e longo prazo. Do ponto de vista da intervenção, estes resultados sublinham a necessidade de otimizar o envolvimento dos pais em comunidades desfavorecidas e disponibilizar intervenções universais com elementos dirigidos à IC nos estabelecimentos de ensino pré-escolar.

*Palavras-Chave:* Inibição comportamental, Anos pré-escolares, Intervenções psicológicas, Resultados socioemocionais, Ensaios randomizados controlados

## **INVENTÁRIO DE CRESCIMENTO PÓS-TRAUMÁTICO: QUALIDADES PSICOMÉTRICAS EM POPULAÇÃO PORTUGUESA COM INFEÇÃO VIH**

Nuno Tomaz Santos (nsantos.etc@gmail.com)<sup>1</sup>, Catarina Ramos<sup>2</sup>, José Alberto Ribeiro-Gonçalves<sup>3,4</sup>, & Isabel Leal<sup>3</sup>

<sup>1</sup>ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>LabPSI – Laboratório de Psicologia Egas Moniz, CiiEM – Centro de Investigação Interdisciplinar Egas Moniz, Egas Moniz School of Health & Science, Caparica, Portugal; <sup>3</sup>WJCR – William James Center for Research, ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>4</sup>Sociedade Portuguesa de Sexologia Clínica, Porto, Portugal

O Inventário de Crescimento Pós-Traumático (ICPT-X) avalia a perceção de mudanças positivas em diversas áreas da vida do sujeito, como resultado da luta individual com o trauma. O objetivo foi adaptar o ICPT-X para população portuguesa com VIH, analisando as propriedades psicométricas, testando a estrutura fatorial original dos cinco domínios. Estudo quantitativo, com uma amostra com 126 participantes ( $M_{idade} = 46,40$ ;  $DP = 11,30$ ) e média de 17 anos ( $DP = 8,76$ ) de diagnóstico positivo VIH. O questionário ICPT-X foi preenchido através da plataforma Qualtrics e a recolha de dados foi efetuada através do contacto com associações de apoio a pessoas com VIH. Os resultados da Análise

Factorial Confirmatória revelaram que o modelo foi significativo ( $\chi^2 = 566,191$ ;  $df = 262$ ;  $p \leq 0,001$ ). Neste estudo preliminar verificou-se um não ajustamento do modelo. O ICPT-X apresentou boa consistência interna para a escala total ( $\alpha = 0,95$ ) e para as sub-escalas (De  $\alpha = 0,78$  [Apreciação da Vida] a  $\alpha = 0,89$  [Relações Interpessoais]). O não-ajustamento do modelo parece indicar que o reduzido número de participantes e o elevado de número de anos após o diagnóstico podem ter condicionado os resultados. Sugere-se a repetição do estudo com uma maior amostra.

*Palavras-Chave:* Inventário de crescimento pós-traumático, Estrutura fatorial, Análise fatorial confirmatória, VIH, Vírus da imunodeficiência humana

## **PRÁTICAS DE EDUCAÇÃO EMOCIONAL: PROGRAMAS INTERVENTIVOS**

Maria Madaleno (madalenomaria@hotmail.com)<sup>1</sup>, Gonçalo Caramelo<sup>1</sup>, Laura Afonso<sup>1</sup>, Patrícia Gouveia<sup>1,2</sup>, & Elisa Kern de Castro<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Egas Moniz School of Health & Science, Caparica, Portugal; <sup>2</sup>LabPSI - Laboratório de Psicologia Egas Moniz; CiiEM - Centro de Investigação Interdisciplinar Egas Moniz, Egas Moniz School of Health & Science, Caparica, Portugal

Os estudos recentes salientam preocupação com o crescente número de crianças e jovens a manifestar problemas emocionais e comportamentais. Estes problemas estão intimamente relacionados com dificuldades na regulação das emoções, o que coloca estas crianças e jovens em maior risco de perturbações nas funções executivas e de problemas de comportamento externalizante e internalizante. Assim, é premente a intervenção precoce. Com esta premissa em foco, analisaram-se as intervenções sócio emocionais com evidência e efeitos significativos na promoção de competências sociais, emocionais e comportamentais em contexto escolar. Utilizaram-se três bases de dados (i.e. Google Scholar, B-On, PubMed) para consulta dos estudos mais relevantes dos últimos 3 anos. Os programas universais, apresentam uma maior eficácia em idades precoces e na adolescência. A sua eficiência está dependente da formação de educadores, professores e pais. O foco destes programas situa-se na prevenção de comportamento internalizante e externalizante e na promoção das competências globais de crianças e jovens. Esta revisão de literatura sustenta que as abordagens que desenvolvem competências emocionais e interpessoais, integradas nos conteúdos académicos e que envolvem todos os agentes educativos, melhoram as atitudes, as crenças, os resultados escolares e o ambiente académico de crianças e jovens.

*Palavras-Chave:* (Des)Regulação emocional, Crianças, Adolescentes, Programas interventivos

## **ADAPTAÇÃO DA ESCALA DE ATITUDES FACE À PROCURA DE APOIO PSICOLÓGICO PROFISSIONAL**

José Luís Pais-Ribeiro<sup>1,2</sup>, & Graça Blanco<sup>3</sup>

<sup>1</sup>William James Center for Research, ISPA - Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação Universidade do Porto, Porto, Portugal; <sup>3</sup>ISPA - Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

Foi realizado um estudo de adaptação da escala Attitudes Toward Seeking Professional Psychological Help– Short Form (ATSPPH-SF) para a população portuguesa, como uma medida das atitudes face ao apoio psicológico profissional, amplamente analisada e utilizada noutras populações. A versão portuguesa da escala ATSPPH-SF, foi submetida a análises fatoriais confirmatórias e de fiabilidade demonstrando um ajustamento adequado e propriedades análogas às da versão original e outros estudos de adaptação, nas soluções unidimensional, com resultados para valores globais de atitudes, e bidimensional com dois fatores - abertura para procurar apoio psicológico para questões emocionais pessoais e valor de tratamento psicológico profissional. Os resultados indicam que as mulheres e as pessoas com apoio psicológico profissional tendem a ter atitudes mais favoráveis. Devido à sua brevidade e adequabilidade ao que pretende avaliar, confirmou-se que a ATSPPH-SF é uma medida válida para estudos na população portuguesa.

*Palavras-Chave:* Psicometria, Escala, Atitudes, Procura de apoio psicológico profissional



## **BURNOUT E FONTES DE STRESS ACADÉMICO EM ESTUDANTES DE MEDICINA AFRICANOS**

Miguel Barbosa (miguel.mgb@gmail.com)<sup>1,2</sup>, & Celma Meneses<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Faculdade de Medicina, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Centro de Investigação em Ciência Psicológica (CICPSI), Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal

O *burnout* em estudantes de medicina é uma condição que se caracteriza pela exaustão física, emocional e mental devido ao longo período de exposição a situações altamente exigentes no contexto educacional e profissional da área da saúde. Essa síndrome pode afetar negativamente o bem-estar dos estudantes, comprometendo o seu desempenho académico e saúde mental. O objetivo foi avaliar a prevalência do *burnout* em estudantes de Medicina moçambicanos e identificar fontes de stress académico. 120 estudantes de Medicina matriculados em universidades moçambicanas responderam ao *Burnout Assessment Tool* (BAT) e Inventário de Fontes de Stress Académico no Curso de Medicina (IFSAM). 44,17% dos estudantes manifestaram sintomas de *burnout*, sendo que os principais fatores associados a essa condição foram o avanço nos anos do curso e a falta de apoio emocional. Estudantes do sexo feminino, estudantes insatisfeitos com o seu desempenho, os que tiveram reprovações anteriores e os que consideraram desistir do curso apresentaram níveis mais elevados de *burnout*. Os resultados sugerem uma elevada prevalência de *burnout* em estudantes de medicina das escolas médicas de Moçambique enfatizando a importância da disponibilidade de apoio emocional e a influência dos estágios avançados do curso como fatores preditivos do *burnout*.

*Palavras-Chave:* Burnout, Estudantes de medicina, Fatores determinantes

## **CRESCIMENTO PÓS-TRAUMÁTICO APÓS COVID-19: PROGRAMA DE INTERVENÇÃO PARA PROFISSIONAIS DE SAÚDE**

Romina Nunes (rominanunes.psicologa@gmail.com)<sup>1</sup>, & Catarina Ramos<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Ispa – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>LabPSI – Laboratório de Psicologia Egas Moniz; CiiEM – Centro de Investigação Interdisciplinar Egas Moniz; Egas Moniz School of Health and Science, Caparica, Almada, Portugal

O impacto psicológico resultante da pandemia COVID-19 continua a ser investigado. Os profissionais de saúde (PS) enfrentam um risco acrescido de desenvolvimento de psicopatologia (p. ex. ansiedade, depressão, stress pós-traumático, e burnout) devido ao confronto com situações altamente desafiantes e potencialmente traumáticas. O presente estudo tem como objetivo avaliar os efeitos do GrowthCare (GWCA - um programa de intervenção em grupo), na promoção de crescimento pós-traumático (CPT). O GWCA conta com 7 sessões semanais de 60 minutos. O grupo psicoterapêutico ( $n=9$ ) é misto (i.e., médicos, enfermeiros, assistentes técnicos) e foi avaliado em 2 momentos: inicial (T0) e final (T1), recorrendo aos instrumentos EADS-21, PCL-V, ICPT-21, MBI-HSS e 23-QVS. Os resultados sugerem que há diferenças estatisticamente significativas entre T0 e T1 no CPT ( $Z = 41$ ;  $p = 0,028$ ) e nos sintomas de depressão ( $Z = 2,5$ ;  $p = 0,047$ ), sendo que após a intervenção os participantes reportam mais CPT ([T0;  $M = 48,89$ ;  $DP = 17,64$ ]; [T1;  $M = 63,11$ ;  $DP = 19,02$ ]) e menos depressão ([T0;  $M = 3,56$ ;  $DP = 4,10$ ]; [T1;  $M = 2,44$ ;  $DP = 3,71$ ]). Conclui-se que o GWCA foi eficaz na promoção de CPT e na diminuição de sintomatologia depressiva.

*Palavras-Chave:* Intervenção em grupo, Profissionais de saúde, Crescimento pós-traumático.

## **(AUTO)CUIDAR-SE PARA CUIDAR: EXPERIÊNCIAS DE AUTOCUIDADO EM CUIDADORES INFORMAIS DE PESSOAS IDOSAS**

Beatriz Roque (beatriz.roque@hotmail.com)<sup>1</sup>, Marta Matos<sup>2</sup>, & Ana Nunes da Silva<sup>3</sup>

Prestar cuidados a alguém próximo de forma recorrente, é exigente do ponto de vista físico e psicológico. Portanto, é importante que os cuidadores informais não se deixem a si próprios para último lugar. O autocuidado surge de diferentes formas, tendo um impacto positivo quando faz parte da rotina dos cuidadores. O presente estudo, de natureza qualitativa, teve como objetivos explorar as experiências de autocuidado dos cuidadores informais, identificando quais os comportamentos praticados e respetivas barreiras e facilitadores. Neste sentido, foram realizadas 21 entrevistas semiestruturadas a cuidadores informais de pessoas adultas com relações conjugais, de ascendência ou laterais. Os dados recolhidos foram analisados recorrendo a análise de conteúdo e análise temática, o que resultou em 28 comportamentos e três temas principais: (1) experiências de autocuidado, (2) barreiras ao autocuidado, (3) facilitadores do autocuidado. Os participantes, na sua maioria, relataram um impacto positivo da prática de comportamentos de autocuidado em termos de saúde e bem-estar; por outro lado, quando existem constrangimentos à aplicação de estratégias e comportamentos de autocuidado, o impacto negativo também se faz sentir. No entanto, é notável que a pessoa cuidada costuma estar em primeiro lugar – em grande parte, devido à falta de recursos dos cuidadores.

*Palavras-Chave:* Cuidadores informais, Autocuidado, Experiências, Facilitadores, Barreiras

## **VALIDATING RISK PERCEPTION, SELF-EFFICACY, AND INTENTIONS IN DYADIC CHANGE: COUPLES' OBESITY INITIATIVE**

Inês Queiroz Garcia (igarcia@ispa.pt)<sup>1</sup>, Filipa Pimenta<sup>1</sup>, Ana Filipa Lamelas<sup>2</sup>, Amy Gorin<sup>3</sup>, & João Marôco<sup>1,4</sup>

<sup>1</sup>William James Center for Research, ISPA - Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>ISPA - Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>Institute for Collaboration on Health, Intervention, and Policy (InCHIP), Department of Psychological Sciences, University of Connecticut, Storrs, Connecticut, USA; <sup>4</sup>FLU Pedagogy, Nord University, Bodø, Norway

Within dyadic behavior change contexts, where in two individuals (such as couples) influence each other's behaviors and decision-making processes, the constructs of risk perception (RP), self-efficacy, and intentions become pivotal, significantly shaping dyad dynamics. This study examines the psychometric properties of these constructs in couples. 123 Portuguese couples ( $M_{age}=45.23$ ;  $SD=12.18$ ), cohabitating for at least 12 months, and with at least one member having a  $BMI \geq 30 \text{kg/m}^2$ , completed a sociodemographic-questionnaire and measures adapted from the Health Action Process Approach model. CFA and Structural Equation Modeling were conducted. CFA endorses a five-factor model differentiating between individual and dyadic components of RP and intentions while conceptualizing self-efficacy at an individual-level construct. This model showed good fit ( $CFI=.994$ ;  $TLI=.993$ ;  $RMSEA=.054$ ;  $SRMR=.083$ ) and the constructs exhibit reliability ( $0.86 < \alpha < 0.95$ ;  $0.84 < \omega < 0.94$ ), and convergent validity. Sex (coded: 0=Women; 1=Men) significantly predicts intentions and RP ( $p < 0.05$ ). Men tend to report lower intentions to implement weight management strategies and exhibit lower RP related to obesity compared to women. The model, differentiating between individual and dyadic components, showed sources of validity related to internal structure and reliability, illuminating the nuanced dynamics in couples' health-related decision-making processes. Notably, sex plays a vital role, with results highlighting a critical area for targeted interventions within dyadic behavior change contexts.

*Keywords:* Couples, Obesity, Risk perception, Self-efficacy, Intentions, Psychometric properties

## **EMPODERAMENTO PSICOLÓGICO E RESILIÊNCIA PARA UMA LONGEVIDADE SAUDÁVEL**

Maria Cristina Faria (mcfaria@pbeja.pt)<sup>1,2</sup>

Envelhecimento saudável significa desenvolver e manter a capacidade funcional que permite o bem-estar na velhice. As escolhas de vida e as circunstâncias ambientais determinam a trajetória duma longevidade com mais saúde. Estudos sobre empoderamento de adultos evidenciam a sua relevância para melhorar a saúde. Confirmam uma ligação positiva entre o envolvimento do paciente na tomada de decisões e melhorias nos resultados de saúde. A interface entre velhice e educação para a resiliência das pessoas mais velhas descobre uma área do conhecimento que possibilita capacitar e consolidar capacidades intrínsecas ao sujeito que poderão contribuir para a superação de dificuldades e robustez psicológica. Este estudo tem como objetivo compreender de que forma a resiliência e *empowerment* psicológico em adultos mais velhos contribui para alcançar uma longevidade com saúde. Foi realizada uma revisão sistemática da literatura para integrar as informações existentes, que seguiram os princípios do PRISMA, gerando dados que auxiliam a tomada de decisões e estratégias que conduzem a boas práticas. Dos estudos observados emergiram fatores e insights importantes para levar por diante um plano de envelhecimento saudável. Os resultados permitiram delinear estratégias de formação de cariz psicológico de literacia em saúde para pessoas mais velhas para alcançar uma longevidade com bem-estar.

*Palavras-Chave:* Adultos mais velhos, Longevidade, Envelhecimento saudável, Resiliência, Empoderamento

## **OUTSTANDING GROWTH ASSESSMENT (OGA): DEVELOPMENT AND VALIDATION OF PERSONAL AND PROFESSIONAL GROWTH**

Filipa Pimenta (filipa\_pimenta@ispa.pt)<sup>1,2</sup>, Mafalda Leitão<sup>1,2</sup>, Maria Ferreira<sup>1</sup>, & Ivone Patrão<sup>1,3</sup>

<sup>1</sup>ISPA - Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>WJCR - William James Center for Research, Lisboa, Portugal; <sup>3</sup>APPsyCI – Applied Psychology Research Center Capabilities & Inclusion, ISPA – Instituto Universitário

There is an increasing emphasis on promoting an individual's potential across various domains, including personal and professional aspects, to enhance well-being. Instruments to assess personal growth are scarce. This study aims to develop and assess the psychometric properties of the Outstanding Growth Assessment, a self-report instrument to measure both Personal and Professional Growth among professionally active Portuguese adults. Overall 149 Portuguese adults ( $M=43.63$  years,  $SD=12.22$ ) completed a sociodemographic questionnaire and the 24-item OGA, comprising two dimensions: Personal and Professional growth. Descriptive analyses, construct validity, and reliability were conducted through R-Lavaan. A strong correlation between the two dimensions ( $r^2=.87$ ) suggests the possibility of a second-order hierarchical model. Item 4 was removed ( $\lambda=.18$ ). With the second-order model, a good fit was observed (CFI=0.971; TLI=0.967; RMSEA=0.053; SRMR=0.070), along with marginal convergent validity (AVE=0.4) and good reliability (Cronbach's  $\alpha$ :  $0.86 > \alpha < 0.92$ , and McDonald's omega:  $0.81 > \omega < 0.89$ ). The OGA displays validity and reliability in assessing personal and professional growth, featuring a second-order factor (Outstanding Growth). While further confirmation studies are necessary, the OGA contributes to contemporary literature on personal and professional growth and provides a tool for assessing specific life constraints that can impact other areas of an individual (e.g., health, and social relationships).

*Keywords:* Personal and professional growth scale, Personal growth, Professional growth, Instrument validation, Outstanding growth assessment

## **ATENDIMENTO PSICOLÓGICO VOLUNTÁRIO SUPERANDO A ANSIEDADE: UM ESTUDO DE CASO**

Adil Kitahara (professora.adil@gmail.com)<sup>1</sup>, Claudia Sanchez<sup>2</sup>, Helena Rinaldi<sup>2</sup>, & Leila Tardivo<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Fundação Santo André (FSA), Brasil; <sup>2</sup>Universidade de São Paulo (USP), São Paulo, Brasil

O Brasil é o país com o maior número de pessoas ansiosas do mundo e o quinto em depressivos, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS). A ansiedade é um afeto normal e com importante função homeostática, podendo se tornar patológica. Quando o estado de alerta se torna exagerado, o indivíduo é tomado por ele tornando-se aterrorizado e impotente. Psicólogos inscritos no Conselho Federal de Psicologia e voluntários do Projeto Apoiar têm o objetivo de atender online pessoas com dificuldades durante o período da pandemia e do pós-pandemia. No presente trabalho, o objetivo é discorrer sobre atendimento para pessoa com transtorno de ansiedade generalizada. A metodologia para estudo qualitativo alicerçou-se na abordagem psicodinâmica em psicoterapia breve, com atendimentos semanais ocorrendo o acolhimento e dados para análise. A paciente, uma mulher de 57 anos, com crises de ansiedade, fazia uso de medicamentos em excesso. Cursando o Ensino Médio/CEJA, foram feitas intervenções/escuta em diversas situações e elogios nos avanços dos estudos. Os resultados foram: melhora nos estudos e nos relacionamentos, diminuição das crises de ansiedade e a correta dosagem da medicação. Os atendimentos contribuíram na qualidade de vida, na saúde mental, proporcionando equidade e inclusão para a paciente com sofrimento psíquico.

*Palavras-Chave:* Atendimento voluntário, Ansiedade, Saúde mental

## **PESQUISA-INTERVENÇÃO EM EQUIDADE DE GÊNERO NO PROGRAMA SAÚDE NA ESCOLA/BRASIL**

Helen Barbosa Santos (helenpsi@yahoo.com.br)<sup>1</sup>, Angelo Costa<sup>1</sup>, & Ana Carolina Trajano<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Grupo de Estudos em Preconceito, Vulnerabilidade e Processos Psicossociais, PUCRS - Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Brasil.

A pesquisa pós-doutoral realizada desde o ano de 2022, através do Grupo de Estudos em Preconceito, Vulnerabilidade e Processos Psicossociais da Pós-Graduação de Psicologia da PUCRS/Brasil, visa à qualificação de políticas públicas para a equidade de gênero, sexualidade e raça no que concerne à atenção às juventudes no eixo saúde e educação. A metodologia, baseada na pesquisa-intervenção, se utiliza de ferramentas teórico-práticas em equidade de gênero e é executada através da gestão do Programa Saúde na Escola do Rio Grande do Sul. Busca proporcionar aos gestores e profissionais de saúde e da educação básica qualificar suas práticas em torno de temáticas que envolvem a promoção de equidade de gênero, relacionada especialmente às minorias de gênero e sexualidade LGBTTTQIA+. O arcabouço teórico que sustenta o conjunto de estratégias em pesquisa intervenção se utilizam de estudos de gênero na perspectiva feminista, interseccional e decolonial. O compartimento da análise de dados qualitativos e quantitativos (questionários e indicadores) trabalhados até o momento questionam conceitos como *bullying*, preconceito e sexualidade para pensar as violências interseccionadas no âmbito escolar, educação sexual, neoconservadorismo nas práticas de educação e a equidade de gênero enquanto aprimoramento ético-político do que é nomeado como educação sexual.

*Palavras-Chave:* Gênero, Educação, Saúde, LGBTTTQIA+

## **USO DE MEDIDAS DE CONTENÇÃO PELOS ENFERMEIROS EM CONTEXTO DE INTERNAMENTO PSIQUIÁTRICO**

Daniel Barriga (barriga.formacao@gmail.com)<sup>1</sup>, Helena Pedras<sup>1</sup>, Lénia Alfares<sup>1</sup>, Neuza Palma<sup>2</sup>, Raquel Domingues<sup>3</sup>, Sandra Cabanillas<sup>4</sup>, & Vera Gonçalves<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Unidade de Internamento de Psiquiatria da Unidade Local de Saúde do Baixo Alentejo (ULSBA) – Hospital José Joaquim Fernandes (HJJF), Beja, Portugal; <sup>2</sup>Serviço de Medicina II da ULSBA, Hospital José Joaquim Fernandes (HJJF), Beja, Portugal; <sup>3</sup>Unidade de Psiquiatria Infância e Adolescência da ULSBA, Hospital José Joaquim Fernandes (HJJF), Beja, Portugal; <sup>4</sup>Unidade de Psiquiatria do Adulto da ULSBA, Hospital José Joaquim Fernandes (HJJF), Beja, Portugal

As medidas coercivas têm sido um tema controverso no âmbito das intervenções do enfermeiro. No contexto de internamento psiquiátrico, são utilizadas como último recurso. Consideram-se medidas coercivas as seguintes: contenção ambiental, química, física e mecânica. Neste contexto surgiu então a seguinte questão para estudo: quais as medidas de contenção mais utilizadas pelos enfermeiros em contexto de internamento? Para responder a esta questão foram definidos como objetivos do estudo: analisar os dados relativos à utilização das medidas coercivas pelos enfermeiros num contexto de internamento de psiquiatria; criar bases para possíveis projetos de melhoria nesta área. Utilizou-se um método de revisão sistemática da literatura, com seleção de artigos científicos, e pesquisa através das bases de dados b-on e Discovery, num período temporal compreendido entre 2007 a 2023. Desta forma, obtiveram-se como resultados que a contenção química é o tipo de medida coerciva mais utilizada pelos enfermeiros, em contexto de internamento, embora os dados obtidos sejam insuficientes para uma visão fidedigna sobre a utilização das medidas coercivas, pois não contemplam a contenção ambiental e física. Esta temática é crucial na área da psicologia, pois são colocados em causa direitos fundamentais, que podem provocar sequelas psicológicas na pessoa contida.

*Palavras-Chave:* Enfermagem, Intervenções de enfermagem, Doente psiquiátrico, Contenção.

## **INTERVENÇÃO COGNITIVO-COMPORTAMENTAL PARA A GESTÃO DO STRESS EM PACIENTES COM BRUXISMO: ESTUDO PILOTO**

Ana Murça (filipamura@gmail.com)<sup>1,2</sup>, Catarina Ramos<sup>1,2</sup>, Elisa Castro<sup>1,2</sup>, Telma Almeida<sup>1,2</sup>, Jorge Cardoso<sup>1,2</sup>, José Brito<sup>1,2</sup>, André Almeida<sup>1,2</sup>, Sérgio Félix<sup>1,2</sup>, & José Mendes<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Egas Moniz School of Health & Science, Caparica, Portugal; <sup>2</sup>LabPSI – Laboratório de Psicologia Egas Moniz, CiiEM – Centro de Investigação Interdisciplinar Egas Moniz, Egas Moniz School of Health & Science, Caparica, Portugal

Evidências científicas apontam para uma relação entre os fatores psicológicos e o desenvolvimento de bruxismo. A terapia cognitivo-comportamental é eficaz na gestão do stress, um dos fatores psicológicos que influencia a evolução do bruxismo. Um dos objetivos desta investigação é avaliar os efeitos da Intervenção Cognitivo-Comportamental para a Gestão do Stress (Cognitive-Behavioral Stress Management Individual Intervention) na redução dos sintomas. Três estudos de caso de pacientes com bruxismo, com idades entre os 19 e 53 anos, frequentaram cinco sessões semanais e individuais de 50 minutos cada na Clínica Universitária Egas Moniz. A intervenção consiste: 1ª sessão – Aliança terapêutica e psicoeducação sobre o bruxismo; 2ª sessão – Pensamentos automáticos e reestruturação cognitiva; 3ª sessão – Técnicas de relaxamento; 4ª sessão – Técnicas de mindfulness; 5ª sessão – Estratégias de coping e finalização da intervenção. Após a intervenção, os pacientes relataram uma melhoria dos sintomas associados, na qualidade do sono e na consciência do seu corpo, adquirindo ferramentas para a autogestão dos seus sintomas no quotidiano. Através dos estudos de caso, foi possível concluir que a intervenção realizada tem efeitos na redução de sintomas associados, o que é indicativo de que terapêutica pode ser considerada no tratamento multidisciplinar dos pacientes com bruxismo.

*Palavras-Chave:* Stress, Ansiedade, Mindfulness, Intervenção cognitivo-comportamental de gestão de stress

## **SENSIBILIZAÇÃO SOBRE CUIDADOS NEUROPROTETORES COM PROFISSIONAIS DE UNIDADE DE TERAPIA INTENSIVA NEONATAL**

Doralúcia Gil da Silva (doralu.gil@gmail.com)<sup>1</sup>, Viviane Milbrath<sup>2</sup>, Ruth Gabatz<sup>2</sup>, Simone Macluf<sup>1</sup>, Josana de Matos<sup>1</sup>, & Sueine da Rosa<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Hospital Escola da Universidade Federal de Pelotas, Brasil; <sup>2</sup>Universidade Federal de Pelotas (UFPEL), Brasil

A prematuridade e o internamento neonatal estão associadas ao risco de prejuízo no neurodesenvolvimento, pois expõem o neonato a níveis de estimulação sensorial incompatíveis com

as suas necessidades. Assim, são fundamentais cuidados neuroprotetores a fim de mitigar possíveis efeitos negativos. Com a finalidade de contribuir com a qualificação da assistência prestada em uma unidade neonatal de um hospital escola, foi implementada uma sensibilização com os profissionais atuantes no local. A sensibilização consistiu em uma simulação da rotina de cuidados e procedimentos por que passam os recém-nascidos. Esse trabalho teve por objetivo conhecer a percepção destes sobre os cuidados neuroprotetores, após a realização da atividade. Para tanto, foi delineado um estudo descritivo de abordagem qualitativa do qual participaram 76 pessoas. Após a intervenção, as participantes fizeram relatos. As falas foram gravadas e transcritas. Os dados foram analisados por meio de análise qualitativa de conteúdo com categorias emergentes dos dados. Todos os aspectos éticos foram assegurados. As participantes eram maioria do sexo feminino de diferentes categorias profissionais, com predominância da enfermagem. Os resultados apontaram que a atividade suscitou a percepção dos participantes acerca de como um bebê vivencia diariamente o seu internamento, tendo mobilizado sentimentos e fomentado a reflexão crítica sobre a própria prática profissional.

*Palavras-Chave:* Neuroproteção, Sensibilização, Neonatologia, Assistência, Unidade de terapia intensiva.

## **ANSIEDADE E BIOFEEDBACK NO ENSINO SUPERIOR: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA**

José Fialho (jmvb.fialho@gmail.com)<sup>1</sup>, & Anabela Pereira<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Departamento de Psicologia, Universidade de Évora, CIEP, Portugal

Estudantes universitários tendem a desenvolver perturbações de stress e ansiedade. A intervenção através do Biofeedback tem se mostrado eficaz na redução desses sintomas. Assim, o objetivo desta revisão, passa por analisar como a ansiedade e o stress têm sido avaliados em intervenções de BFB em estudantes universitários. Foram utilizadas as diretrizes do PRISMA, onde selecionou-se artigos de 2018 a 2023 em três diferentes bases de dados (EBSCOhost, PubMed, Medline e Scopus) onde foram utilizados os seguintes termos de pesquisa: TITLE-ABS-KEY (“Anxiety” OR “Stress”) AND (“Biofeedback”) AND (“University Students” OR “College Students” OR “Higher Education”). Entre os 281 artigos encontrados, 10 foram selecionados e analisados de forma crítica. Foram utilizados pelos estudos instrumentos de medidas subjetivas (questionários de autorrelato) e de medidas psicofisiológicas (BFB e análise do cortisol salivar). Os resultados desta pesquisa indicam que os instrumentos mais utilizados foram a Perceived Stress Scale (PSS) e o State Anxiety Inventory (STAI). Intervenções com BFB em estudantes universitários revelaram-se, na maior parte das vezes, eficazes na redução dos sintomas de stress e ansiedade. Através do exposto, é possível entendermos a relevância deste aparelho na saúde psicológica dos indivíduos.

*Palavras-Chave:* Estudantes universitários, Biofeedback, Instrumentos, Revisão sistemática.

## **APOIO SOCIAL, QUALIDADE DE VIDA E CONTROLE METABÓLICO EM PESSOAS COM FENILCETONÚRIA**

Eduardo Remor (eduardo.remor@ufrgs.br)<sup>1</sup>, Kamilla Mueller Gabe<sup>1</sup>, & Katia Irie Teruya<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Universidade Federal do Rio Grande do Sul

A Fenilcetonúria (PKU) é uma doença genética rara que resulta em acúmulo de fenilalanina (Phe) no organismo. O tratamento consiste em uma dieta isenta de Phe por toda a vida. O objetivo deste estudo foi investigar associações entre os impactos da doença, apoio social e o controle metabólico. Foi realizado um estudo quantitativo transversal com 13 adultos com PKU e 19 cuidadores de pacientes em idade pediátrica, acompanhados em hospital no Sul do Brasil. Os participantes responderam a um questionário de qualidade de vida (PKU-QoL) e a duas perguntas sobre apoio social percebido (tamanho da rede e grau de satisfação). O controle metabólico foi avaliado pelos níveis de Phe no

sangue informados no prontuário dos pacientes. As associações sugerem que, quanto maior a rede e a satisfação com o apoio recebido, menor o impacto da doença e do tratamento na QoL. Pacientes adultos que reportaram menor tamanho da rede de apoio apresentaram pior controle metabólico. O apoio social, medido pelo tamanho da rede e a satisfação com essa rede de apoio, pode auxiliar a explicar o impacto da doença e do tratamento na QoL de pacientes e cuidadores.

*Palavras-Chave:* Fenilcetonúria, Qualidade de vida, Apoio social, Controle metabólico, Erros inatos do metabolismo

## **USO DE PORNOGRAFIA: MOTIVAÇÕES E EFEITOS PERCECIONADOS**

Gonçalo Caramelo (goncalomc99@gmail.com)<sup>1</sup>, Joana Menino<sup>1</sup>, Laura Afonso<sup>1</sup>, Maria Madaleno<sup>1</sup>, Raquel Costa<sup>1</sup>, Telma Almeida<sup>1,2</sup>, & Jorge Cardoso<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Egas Moniz School of Health & Science, Caparica, Portugal; <sup>2</sup>LabPSI - Laboratório de Psicologia Egas Moniz; CiiEM - Centro de Investigação Interdisciplinar Egas Moniz, Egas Moniz School of Health & Science, Caparica, Portugal

Nos últimos anos a pornografia tem-se disseminado globalmente, sendo a sua utilização cada vez mais frequente. O recurso à pornografia é considerado um comportamento normativo, exceto quando está associado a consequências adversas na vida quotidiana, remetendo então para o âmbito do uso problemático. Este estudo visou analisar a relação entre as motivações para o uso de pornografia e a auto percepção dos seus efeitos. Recorreu-se a uma amostra comunitária constituída por 247 participantes, com idades compreendidas entre os 18 e 67 anos ( $M = 31,04$ ,  $SD = 14,32$ ), que preencheu online duas medidas de autorrelato - Pornography-Use Motivation Scale (PUMS), e Self-Perceived Effects of Pornography Use (SPEPU). Verificou-se que todas as dimensões da PUMS (e.g., prazer sexual, distração/supressão emocional, redução de stress, curiosidade sexual) estavam relacionadas com a auto percepção de efeitos positivos e negativos. Estes resultados demonstram que existe uma multiplicidade de fatores, de ordem comportamental, emocional, relacional e cognitiva que podem implicar percepções polarizadas no que concerne ao uso de pornografia. Sugere-se o desenvolvimento de investigações orientadas para o estudo de outras variáveis, quer individuais, quer socioculturais, que possam ter um efeito mediador entre o recurso à pornografia e a percepção dos seus efeitos.

*Palavras-Chave:* Sexualidade, Pornografia, Motivações para o recurso à pornografia, Efeitos do uso de pornografia

## **UMA ANÁLISE DE FATORES ASSOCIADOS À MASTURBAÇÃO FEMININA**

Daniela Henriques (danielahenriques121@gmail.com)<sup>1</sup>, Pedro Alexandre Costa<sup>2</sup>, & Ana Carvalheira<sup>3</sup>

<sup>1</sup>ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal; <sup>2</sup>Laboratório de Investigação em Sexualidade Humana (SexLab), Centro de Psicologia da Universidade do Porto (CPUP). Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade do Porto, Porto, Portugal; <sup>3</sup>William James Center for Research

Apesar dos benefícios da masturbação estarem amplamente documentados na literatura, é ainda um tema estigmatizado, com poucos estudos sobre a realidade psicossocial feminina. Assim, teve-se por objetivo: (1) averiguar o conhecimento sobre a genitália feminina; (2) estudar as variáveis associadas à frequência de masturbação e (3) estudar a relação entre frequência de masturbação na adolescência e frequência orgástica em práticas sexuais com parceiro(a). 583 participantes do sexo feminino ( $M = 27,8$  anos) preencheram vários questionários online. A maioria (62,3%) revelou elevado conhecimento sobre a genitália feminina. 95,5% já se masturbou anteriormente, com média de início aos 13,9 anos. A frequência mais prevalente de masturbação foi 1 vez por semana (25,1%). Uma regressão hierárquica revelou os seguintes fatores significativamente associados à frequência de masturbação: idade, nacionalidade, meio onde vive, estado relacional, prática religiosa, conhecimento da genitália feminina, autoimagem genital feminina, frequência de masturbação na adolescência,

frequência orgástica na masturbação e na atividade sexual com parceiro(a). A frequência de masturbação na adolescência encontrou-se associada à frequência orgástica na atividade sexual com parceiro(a). A frequência orgástica em práticas sexuais com parceiro(a) evidenciou diferenças. Os resultados salientam a importância de diversos fatores para a compreensão da masturbação, contribuindo para a sua destigmatização e intervenção.

*Palavras-Chave:* Masturbação feminina, Conhecimento da genitália feminina, Autoimagem genital feminina, Orgasmo, Comportamento sexual

## **A PSICOLOGIA NA COMUNICAÇÃO MÉDICA/O-DOENTE: DA EMPATIA AO FLORESCIMENTO DAS/OS MÉDICAS/OS**

Ana Alves-Nogueira (a.claudia.nog21@gmail.com)<sup>1</sup>, Cláudia Melo<sup>1,2</sup>, Maria Cristina Canavarro<sup>1</sup>, & Carlos Carona<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo-Comportamental, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade de Coimbra; <sup>2</sup>Unidade de Psicologia Clínica Cognitivo-Comportamental (UpC3), Universidade de Coimbra

A empatia clínica é uma competência de comunicação médica/o-doente com associações positivas com o bem-estar psicológico das/os médicas/os. Contudo, desconhecem-se os mecanismos psicológicos subjacentes a essa relação. O objetivo principal deste estudo foi analisar os efeitos, direto e indireto, da empatia clínica sobre o florescimento, através das barreiras à compaixão, em médicas/os. Sob um design transversal, uma amostra de conveniência de 102 médicas/os respondeu a um questionário online de instrumentos de autorresposta que avaliavam a empatia clínica, as barreiras à compaixão e o florescimento. Através da ferramenta PROCESS, foram analisados os efeitos direto e indireto entre as variáveis. O modelo de mediação explicou cerca de 22% da variabilidade observada ao nível do florescimento. As barreiras à compaixão mediarão significativamente a relação entre a empatia clínica e o florescimento ( $\beta = 0,13$ ; 95% CI [0,03; 0,25]). Maiores níveis de empatia clínica poderão conduzir a níveis superiores de florescimento, através da percepção de menos barreiras à compaixão na prática clínica de médicas/os. A promoção de empatia clínica, através da flexibilização das barreiras à compaixão na comunicação médica/o-doente, pode contribuir para melhorar a saúde mental positiva das/os médicas/os e, conseqüentemente, conduzir a maior qualidade dos cuidados de saúde prestados.

*Palavras-Chave:* Médicas/os, Comunicação médica/o-doente, Empatia clínica, Barreiras à compaixão, Florescimento

## **SUPORTE SOCIAL NA ADOLESCÊNCIA: O ENCONTRO COM O CUIDADO**

Cláudia da Silva (claudia.yaisa@usp.br)<sup>1</sup>, & Ivonise da Motta<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo (IPUSP), São Paulo, Brasil

A percepção de suporte social, trata-se de um aspeto protetivo na adolescência. Este estudo objetiva levantar a percepção da presença de apoio social em adolescentes de uma instituição de acolhimento no Brasil, advindos de contextos de risco pessoal e social. A perspectiva teórica é a do psicanalista e pediatra inglês D. W. Winnicott. Este é um estudo qualitativo, de pesquisa-ação, em que foram realizados encontros grupais com quatro adolescentes do gênero feminino. O método de análise de dados foi a análise de discurso. Os resultados mostraram que mediante a fragilidade dos vínculos familiares, as participantes encontraram respaldo nos profissionais do serviço de cuidado e em figuras externas, como a madrinha afetiva. Em alguns momentos, as adolescentes se sentiam sozinhas quando pensavam no porvir. Contudo, a busca por uma pessoa de referência era frequentemente mencionada. Para Winnicott, o analista pode ser percebido pelo paciente como um ambiente suficientemente bom, favorecendo a esperança no viver. Isso foi notado na relação de confiança paulatinamente estabelecida com a psicóloga mediadora dos encontros. As adolescentes compartilharam inquietudes, sanaram



dúvidas e pensaram sobre o futuro. Este estudo contribui com a Psicologia da Saúde, ao evidenciar caminhos para a promoção da saúde mental junto aos adolescentes.

*Palavras-Chave:* Adolescência, Psicanálise, Saúde mental, Suporte social, Confiança