

Psicologia da Saúde:

Desafios à promoção da saúde em doenças crónicas



Organizado por : José Luís
Pais Ribeiro, Isabel Leal,
Anabela Pereira & Sara
Monteiro.



placebo
Editora

Psicologia da Saúde: Desafios à promoção da saúde em doenças crónicas.

Organizado por José Luís Pais Ribeiro, Isabel Leal,
Anabela Pereira e Sara Monteiro.

Titulo: Psicologia da Saúde: Desafios à promoção da saúde em doenças crónicas. 1ª Edição.

Fevereiro de 2012.

ISBN: 978-989-8463-30-2

Capa: Placebo Editora

Composição: Rafaela Matavelli

Lisboa: Placebo, Editora LDA

ÍNDICE.

| | |
|---|----|
| STRESS PARENTAL E COMPORTAMENTO INFANTIL EM PAIS DE CRIANÇAS DOS 3 AOS 10 ANOS | |
| <i>SUSANA ALGARVIO, ISABEL LEAL E JOÃO MAROCO</i> | 1 |
| INTERVENÇÃO PSICO-EDUCATIVA EM SOBREVIVENTES DE CANCRO DA MAMA | |
| <i>FILIPA ARAÚJO, SARA MONTEIRO E ANA TORRES</i> | 8 |
| FLORESCIMENTO HUMANO: ENQUADRAMENTO DO CONCEITO E DEFINIÇÕES OPERACIONAIS | |
| <i>PATRÍCIA S. BARREIRO E IOLANDA C. GALINHA</i> | 15 |
| O BEM-ESTAR PSICOLÓGICO EM INDIVÍDUOS COM PARALISIA CEREBRAL: RESULTADOS LONGITUDINAIS DE UM PROGRAMA DE INTERVENÇÃO | |
| <i>DIANA BRANDÃO E JOSÉ L. PAIS-RIBEIRO</i> | 22 |
| A ESPERANÇA EM INDIVÍDUOS COM PARALISIA CEREBRAL: RELAÇÕES COM O BEM-ESTAR PSICOLÓGICO | |
| <i>DIANA BRANDÃO E JOSÉ L. PAIS-RIBEIRO</i> | 29 |
| PROJECTO – “EU, TU E TODOS OS QUE CONHECEMOS” DESAFIO DA PROMOÇÃO DA SAUDE NA ESCOLA | |
| <i>MARGARIDA BRÍGIDO, ANDREA RITTER, ISABEL AGOSTINHO, JOSÉ MANUEL CARDOSO, MARISA ALVES, RAQUEL ALMEIDA, TELMA PARDELHA E SOFIA SILVÉRIO</i> | 36 |
| SATISFAÇÃO E ENGAJAMENTO NO TRABALHO ENTRE DOCENTES TEMÁTICOS E AUXILIARES DO ENSINO À DISTÂNCIA (EAD) DE UMA UNIVERSIDADE BRASILEIRA | |
| <i>CLÁUDIA BOMFÁ CALDAS, PATRÍCIA SOMENSARI, SIMONE DO NASCIMENTO DA COSTA E MIRLENE MARIA MATIAS SIQUEIRA</i> | 43 |
| ABRIR ESPAÇO À SAÚDE MENTAL - PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL EM ADOLESCENTES (12-14 ANOS): CONSTRUÇÃO DO GUIÃO DE <i>FOCUS GROUPS</i> | |
| <i>LUÍSA CAMPOS, FILIPA PALHA, ELISA VEIGA, PEDRO DIAS E ANA DUARTE</i> | 49 |

UPA FAZ A DIFERENÇA - ACÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO PRÓ-SAÚDE MENTAL JUNTO DE JOVENS ENTRE OS 15 E OS 18 ANOS: DIFERENÇAS DE GÉNERO

LUÍSA CAMPOS, FILIPA PALHA, PEDRO DIAS, ELISA VEIGA, VÂNIA S. LIMA, NATÁLIA COSTA E ANA I. DUARTE 53

SEDENTÁRIOS OU ACTIVOS? CARACTERIZAÇÃO DE UMA AMOSTRA DE PARTICIPANTES EM EVENTOS DE SENSIBILIZAÇÃO PARA A ACTIVIDADE FÍSICA

CLÁUDIA CARVALHO, VERA MORAIS E JORGE ENCANTADO 60

CRENÇAS ACERCA DA HIPNOSE: COMPARAÇÃO ENTRE GRUPOS DE PROFISSIONAIS DE SAÚDE E A IMPORTÂNCIA DA EXPERIÊNCIA

CLÁUDIA CARVALHO, VERA MORAIS, TELMA VIEGAS E SARA COELHO 69

APLICAÇÃO DOS MODELOS COGNITIVO-COMPORTAMENTAIS DE TERCEIRA GERAÇÃO EM CONTEXTOS DE SAÚDE: DA PREVENÇÃO À TERAPIA

MARIANA MAIA DE CARVALHO, TATIANA CARDOSO, ANA MELO, ANABELA PEREIRA E MARIA DA LUZ VALE DIAS 77

DESAFIANDO A PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL NOS CUIDADOS DE SAÚDE PRIMÁRIOS

DORA COIMBRA E MARGARIDA BRÍGIDO 84

TRADUÇÃO DA ENTREVISTA A-LIFE E ESTUDO PRELIMINAR DO FUNCIONAMENTO PSICOSSOCIAL NUMA AMOSTRA DE ADOLESCENTES PORTUGUESES

ANDREIA COSTA, ANA PAULA MATOS, SÓNIA CHERPE E INÉS RIBEIRO 88

CONVENCIONALISMO E SEXISMO NUMA POPULAÇÃO UNIVERSITÁRIA

PEDRO ALEXANDRE COSTA, HENRIQUE PEREIRA E ISABEL LEAL 93

VALIDAÇÃO DAS PALAVRAS NEUTRAS E EMOCIONAIS PARA O TESTE STROOP EMOCIONAL PARA O *SCREENING* DE RISCO SUICIDA: RESULTADOS COM AMOSTRAS PORTUGUESAS

CAROLINA DAMASCENO E GRAÇA ESGALHADO 98

RELAÇÃO ENTRE A PERCEPÇÃO DOS FILHOS SOBRE OS ESTILOS EDUCATIVOS PARENTAIS E A ANSIEDADE DOS PAIS: DADOS PRELIMINARES

FILOMENA DIAS, CÁTIA RODRIGUES, ISABEL LEAL E JOÃO MAROCO 105

RELAÇÕES ENTRE O FUNCIONAMENTO DOS SISTEMAS IMUNOLÓGICO E PSICOLÓGICO EM PACIENTES COM HIV/SIDA

NELSON SILVA FILHO, JOÃO DA COSTA CHAVES JÚNIOR E DANIEL CAMPOS SILVA 113

| | |
|--|-----|
| O IMPACTO DE BEM-ESTAR NO TRABALHO E DE CAPITAL PSICOLÓGICO SOBRE INTENÇÃO DE ROTATIVIDADE: UM ESTUDO COM PROFESSORES | 120 |
| <i>ANGELO POLIZZI FILHO E MIRLENE MARIA MATIAS SIQUEIRA</i> | |
| PROMOÇÃO DA SAÚDE AUDIOLÓGICA NOS TRABALHADORES DA INDÚSTRIA DA MARINHA GRANDE | 128 |
| <i>MARIA GODINHO, ANA OLIVEIRA, ANA AMARAL E MARGARIDA SERRANO</i> | |
| VOLUNTARIADO HOSPITALAR EM CONTEXTO ONCOLÓGICO | 135 |
| <i>ELIANA GONÇALVES, SARA MONTEIRO E ANABELA PEREIRA</i> | |
| AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DE PACIENTES COM INSUFICIÊNCIA RENAL CRÔNICA EM TRATAMENTO DE HEMODIÁLISE | 142 |
| <i>HÉLIMI IWATA, NELSON SILVA FILHO E MARIA LAURA NOGUEIRA PIRES</i> | |
| ESTUDO PRELIMINAR DE UMA ESCALA DE ENVOLVIMENTO PATERNO | 149 |
| <i>SARA MAGALHÃES, CRISTINA REIS, JOÃO PEREIRA E ISABEL LEAL</i> | |
| BENEFÍCIOS DA ESCRITA TERAPÊUTICA NO ALÍVIO DOS SINTOMAS ASSOCIADOS AO TRAUMA VIVENCIADO PELOS BOMBEIROS | 156 |
| <i>DÁLIA MARCELINO E MARIA JOÃO FIGUEIRAS</i> | |
| TRADUÇÃO, ADAPTAÇÃO E ESTUDO PILOTO DE ALGUMAS PROPRIEDADES PSICOMÉTRICAS DA ENTREVISTA DE DIAGNÓSTICO K-SADS-PL-PT PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES | 162 |
| <i>CRISTIANA MARQUES, ANA PAULA MATOS, FERNANDA DUARTE, SÓNIA CHERPE E INÊS RIBEIRO</i> | |
| EFEITOS DIRETOS E INDIRETOS DE ESTRATÉGIAS DE COPING NO STRESS SEXUAL ASSOCIADO À VIVÊNCIA DA INFERTILIDADE | 170 |
| <i>MARIANA V. MARTINS, MARIA E. COSTA, VASCO M. ALMEIDA E BRENNAN D. PETERSON</i> | |
| ONDE ESTÁ O SUJEITO? REFLETINDO SOBRE PRÁTICAS DE SAÚDE NO SISTEMA BRASILEIRO | 177 |
| <i>VITOR MENDONÇA E IANNI SCARCELLI</i> | |
| ESPELHO MEU, EXISTE ALGUÉM MAIS BELA DO QUE EU? : NOVOS MODOS DE PROMOÇÃO DA SAÚDE | 185 |
| <i>VITOR MENDONÇA, EDA CUSTÓDIO E LIGIA FURUSAWA</i> | |

| | |
|---|-----|
| AUTOMEDICAÇÃO EM CONTEXTO ACADÉMICO | |
| <i>ANA MORAIS E ANABELA SOUSA PEREIRA</i> | 192 |
| SINTOMATOLOGIA CLINICAMENTE SIGNIFICATIVA APÓS UMA INTERRUPTÃO MÉDICA DA GRAVIDEZ: QUEM MANIFESTA REAÇÕES INTENSAS DE TRAUMA E LUTO? | |
| <i>BÁRBARA NAZARÉ, ANA FONSECA E MARIA CRISTINA CANAVARRO</i> | 200 |
| MINDFULNESS, QUALIDADE DE VIDA, ANSIEDADE, DEPRESSÃO, ADESÃO AO TRATAMENTO EM DIABÉTICOS TIPO 1 | |
| <i>RAQUEL OLIVEIRA E ANA PAULA MATOS</i> | 207 |
| DIMENSIONALIDADE DO OTIMISMO | |
| <i>JOSÉ L. PAIS-RIBEIRO</i> | 214 |
| VALIDAÇÃO DE UMA ESCALA DE BEM-ESTAR SUBJECTIVO | |
| <i>FILIPA PIMENTA, ISABEL LEAL E JOÃO MAROCO</i> | 221 |
| A PERSONALIDADE E A SAÚDE MENTAL DAS VÍTIMAS DE VIOLÊNCIA CONJUGAL | |
| <i>MARISA PINTO, ANA MARGARIDA VARELA E ANTÓNIO VINHAL</i> | 227 |
| NECESSIDADES EMERGENTES DE PROMOÇÃO DA SAÚDE NA TRANSIÇÃO PARA A PARENTALIDADE: VARIÁVEIS RELACIONAIS DE RISCO PARA A DEPRESSÃO DURANTE A GRAVIDEZ NA ADOLESCÊNCIA | |
| <i>R. PIRES, A. ARAÚJO PEDROSA, P. CARVALHO E M.C. CANAVARRO</i> | 233 |
| O IMPACTO DA ANSIEDADE E FLOURISHING NO DESENVOLVIMENTO DA DEPRESSÃO | |
| <i>CÁTIA RIBEIRO, ANA PAULA MATOS, SÓNIA CHERPE E INÊS RIBEIRO</i> | 240 |
| APOIO SOCIAL E QUALIDADE DE VIDA EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES: O PAPEL MODERADOR DA GRAVIDADE DA ASMA | |
| <i>NEUZA SILVA, SUSANA SANTOS, CARLOS CARONA, CARLA CRESPO E MARIA CRISTINA CANAVARRO</i> | 247 |
| CONTRIBUTO PARA O ESTUDO DAS PROPRIEDADES PSICOMÉTRICAS DO WORLD HEALTH ORGANIZATION QUALITY OF LIFE – SPIRITUALITY, RELIGION AND PERSONAL BELIEFS INSTRUMENT (WHOQOL-SRPB) NA POPULAÇÃO PORTUGUESA | |
| <i>SÓNIA SOUSA E JOSÉ PAIS-RIBEIRO</i> | 254 |

| | |
|--|-----|
| APLICABILIDADE E EFICÁCIA DA INTERVENÇÃO DE GRUPO NA DOENÇA CRÓNICA: ESTUDO COM SOBREVIVENTES DE CANCRO DA MAMA | 261 |
| <i>ANA TORRES, ANABELA PEREIRA E SARA MONTEIRO</i> | |
| RELAÇÃO ENTRE O GRAU DE EDUCAÇÃO EM DIABETES E A HEMOGLOBINA GLICADA EM INDIVÍDUOS PORTADORES DE DIABETES DO TIPO 1 E 2 DO CENTRO DE DIABETES DA UNIFESP – UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO, BRASIL | 270 |
| <i>FERNANDO VALENTE, CARLOS AUGUSTO MENEGOZZO, TATIANA VALENTE, MARIA FLÁVIA RIBEIRO, THAÍS BUCHAIM, ANTÔNIO ROBERTO CHACRA E SÉRGIO DIB</i> | |
| PREDITORES DA QUALIDADE DE VIDA DE PESSOAS COM DOENÇAS CRÓNICAS | 277 |
| <i>ESTELA VILHENA, J. PAIS-RIBEIRO, I. SILVA, L. PEDRO, R. MENESES, H. CARDOSO, A. MARTINS DA SILVA E D. MENDONÇA</i> | |
| FATORES EMOCIONAIS RELACIONADOS COM MAU CONTROLE GLICÊMICO EM PACIENTES DIABÉTICOS TIPO 1 | 286 |
| <i>MÁRCIA HELENA ZANINI, FERNANDO VALENTE, TATIANA VALENTE, SÉRGIO ATALA DIB E MARIO A. DE MARCO</i> | |

ABRIR ESPAÇO À SAÚDE MENTAL - PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL EM ADOLESCENTES (12-14 ANOS): CONSTRUÇÃO DO GUIÃO DE *FOCUS GROUPS*

LUÍSA CAMPOS^(*/**/**); *FILIPA PALHA*^(*/**); *ELISA VEIGA*^(*/**); *PEDRO DIAS*^(*/**)
E ANA DUARTE^(*)

Os adolescentes devem ser vistos como um grupo-alvo prioritário para iniciativas de promoção de saúde mental, por três grandes razões: (1) pelo risco natural de poderem vir a desenvolver uma perturbação mental (1 em cada 5 jovens irá experienciar um problema de saúde mental ao longo da vida, Patel, Flisher, Hetrick & McGorry, 2007); (2) pelo facto da maior parte dos problemas de saúde mental, ainda que apenas tratados mais tarde, aparecerem durante a juventude (Kelly, Jorm & Wright, 2007; Patel, *et al.*, 2007); e, por último, (3) pelos dados da literatura que apontam para o facto do estigma, associado a problemas de saúde mental, surgir a partir dos 5 anos de idade (European Commission & Portuguese Ministry of Health, 2010), sendo a adolescência uma fase em que as atitudes poderão ser alteradas (Corrigan & Watson, 2002).

Do exposto, intervenções centradas na promoção da *mental health literacy*, a qual abrange o conhecimento e crenças adequadas relativamente a questões de saúde mental (Jorm, 2000), assumem-se como fundamentais ao nível da prevenção, do reconhecimento e da intervenção precoce, bem como da redução do estigma associado à perturbação mental (Corrigan & Watson, 2002; Kelly, Jorm & Wright, 2007; Pinfold, Stuart, Thornicroft & Arboleda-Flórez, 2005).

Neste sentido, a escola assume-se como um contexto privilegiado e prioritário existindo, internacionalmente, diversas iniciativas de promoção da saúde mental e de redução do estigma, junto de jovens (MINDSET, 2002; Wyn, Cahill, Holdsworth, Rowling & Carson, 2000; Stuart, 2006; Tacker & Dobie, 2008).

Em Portugal começam a surgir, mais recentemente, alguns projectos de investigação centrados, igualmente, nesta temática e junto desta população-alvo.

^(*) Faculdade de Educação e Psicologia, Universidade Católica Portuguesa; ^(**) Centro de Estudos em Desenvolvimento Humano, Universidade Católica; ^(***) ENCONTRAR+SE – Associação de apoio a pessoas com perturbação mental grave.

ABRIR ESPAÇO À SAÚDE MENTAL - PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL EM ADOLESCENTES (12-14 ANOS): CONSTRUÇÃO DO GUIÃO DE *FOCUS GROUPS*

O projecto *UPA Faz a Diferença: Acções de sensibilização pró-saúde mental* - desenvolvido pela ENCONTRAR+SE que, até ao momento, já envolveu 1277 jovens, e que tem por objectivo contribuir para o aumento da *mental health literacy*, junto de jovens com idades compreendidas entre os 15 e os 18 anos. Dos resultados preliminares ($N=232$) realça-se o aumento significativo do *score* total das percepções de conhecimentos face a problemas de saúde mental (Campos, et al. 2011).

O projecto *Educação e Sensibilização para a Saúde Mental: Um Programa de Intervenção com base na Escola para Adolescentes e Jovens* possui, igualmente, como objectivo o aumento da literacia saúde mental em adolescentes e jovens entre os 15 e 22 anos de idade. A concretização deste objectivo centra-se na utilização da internet enquanto estratégia principal, designadamente através da criação de um *site* interactivo que propõe assumir-se, fundamentalmente, como uma ferramenta para a acção educativa (Escola Superior de Enfermagem de Coimbra, 2009).

E, finalmente, o projecto *Abrir Espaço à Saúde Mental – Promoção da saúde mental em adolescentes (12-14): Desenvolvimento e avaliação de uma intervenção* que tem como objectivos gerais a) desenvolver um instrumento de avaliação da *mental health literacy*, bem como das percepções estigmatizantes face a problemas de saúde mental; b) desenvolver uma intervenção centrada nos conhecimentos, atitudes e comportamentos de jovens entre os 12 e os 14 anos, em relação a questões de saúde mental; e, por fim, c) implementar e avaliar a eficácia da intervenção.

O projecto compreende 4 etapas, designadamente: 1) realização de *focus groups*; 2) implementação de um estudo-piloto; 3) desenvolvimento e avaliação da eficácia da intervenção; e 4) *follow-up*.

Passos metodológicos para a construção do guião de *Focus Group*

A opção pela metodologia de *focus group* centra-se no facto desta permitir aceder à forma como os jovens pensam acerca das questões relacionadas com a saúde mental, ao modo como constroem o seu conhecimento, bem como aos seus interesses e receios face à perturbação mental contribuindo, desta forma, para a adequabilidade das mensagens que se pretendem transmitir na intervenção que irá ser desenvolvida.

A construção do guião de *focus group* teve por base a revisão da literatura sobre o tema, a realização de reuniões em equipa de *braisntorming*, bem como o guião dos *focus group* utilizado no âmbito do projecto UPA Faz a Diferença (Campos, et al., 2010).

Como forma de avaliar a adequabilidade do guião, foram realizados 3 *focus groups* piloto junto de jovens ($N=29$) da mesma faixa etária daqueles que, posteriormente, serão alvo de intervenção (12-14 anos de idade), numa escola da zona norte de Portugal. Cada *focus group* foi moderado por dois dinamizadores, devidamente treinados para o efeito. Os grupos foram gravados em formato vídeo para posterior análise, a qual permitiu a realização de alterações, nomeadamente ao nível de expressões utilizadas, bem como da identificação de novas pistas para o guião.

O guião desenvolvido integra, assim, 11 dimensões, designadamente: definição de doença mental; prevalência da doença mental; causas e factores de risco da doença mental; impacto da doença mental; prognóstico da doença mental; intenções comportamentais; definição de saúde mental; factores protectores e promotores da saúde mental; impacto da saúde mental; contacto prévio com o tema e interesses gerais dos jovens.

CONCLUSÃO

Considera-se que os passos metodológicos subjacentes aos *focus groups*, mais especificamente, à construção do guião, constituem-se pilares determinantes para o projecto *Abrir Espaço à Saúde Mental*, o qual se pretende que seja o mais adequado e adaptado às especificidades e necessidades da população-alvo a quem se destina.

O projecto Abrir Espaço à Saúde Mental – Promoção da saúde mental em adolescentes (12-14): Desenvolvimento e avaliação de uma intervenção, é desenvolvido pela Faculdade de Educação e Psicologia da Universidade Católica Portuguesa (FEP-UCP), com financiamento da Fundação para a Ciência e Tecnologia (PTDC/PSI-PCL/112526/2009) e em parceria com a ENCONTRAR+SE – Associação de apoio a pessoas com perturbação mental grave.

REFERÊNCIAS

- Campos, L., Palha, F., Dias, P., Veiga, E., Sousa Lima, V., Costa, N., & Duarte, A. (2011). UPA Faz a Diferença - Acções de sensibilização pró-saúde mental: Resultados preliminares de acções de sensibilização pró-saúde mental. Artigo submetido para publicação.
- Campos, L., Costa, N., & Palha, F. (2010, Fevereiro). *O UPA Faz a Diferença – Acções de sensibilização pró-saúde mental. Construção de Guião de Focus Group*. Poster apresentado no 8.º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde, ISPA, Lisboa, Portugal.
- Corrigan, P., & Watson, A. (2002). Understanding the impact of stigma on people with mental illness. *World Psychiatry, 1*(1), 16-20.
- Escola Superior de Enfermagem de Coimbra. (2009). *Educação e Sensibilização para a Saúde Mental: Um Programa de Intervenção com base na Escola para Adolescentes e Jovens*. Retrieved from:
http://www.esenfc.pt/esenfc/projectos/index.php?target=showContent&tipo=UI&id_projecto=57&id_linha_investigacao=1&dado_pedido=Descricao&tab=dg
- European Commission & Portuguese Ministry of Health. Background document for the thematic conference - Promoting Social Inclusion and Combating Stigma for better Mental Health and Well-

ABRIR ESPAÇO À SAÚDE MENTAL - PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL EM ADOLESCENTES (12-14 ANOS): CONSTRUÇÃO DO GUIÃO DE *FOCUS GROUPS*

- being. Lisbon: 2010. Retrieved from:
http://ec.europa.eu/health/mental_health/docs/ev_20101108_bgdocs_en.pdf
- Jorm, A. (2000). Mental Health Literacy. Public knowledge and beliefs about mental disorders. *British Journal of Psychiatry*, 177, 396-401.
- Kelly, C., Jorm, A., & Wright, A. (2007) Improving mental health literacy as a strategy to facilitate early intervention for mental disorders. *The Medical Journal of Australia*, 187(7), 26-29.
- MINDSET. Health in Mind. Hong Kong: 2002. Retrieved from:
<http://www.jardines.com/community/mindset/education-and-prevention.html>
- Patel, V., Flisher, A., Hetrick, S., & McGorry, P. (2007). Mental health of young people: A global public-health challenge. *Lancet*, 369, 1302–13. doi:[10.1016/S0140-6736(07)60368-7]
- Pinfold, V., Stuart, H., Thornicroft, G., & Arboleda- Flórez, J. (2005). Working with young people: the impact of mental health awareness programmes in schools in the UK and Canada. *World Psychiatry*, 4 (1), 48-52.
- Stuart, H. (2006). Reaching Out to a High School Youth: The Effectiveness of a Video-Based Antistigma Program. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 51(10), 647-653.
- Tacker, K., & Dobie, S. (2008). MasterMind: empower yourself with mental health: a program for adolescents. *Journal of School Health*, 78(1), 54-57.
- Wyn, J., Cahill, H., Holdsworth, R., Rowling, L., & Carson, S. (2000). MindMatters, a whole-school approach promoting mental health and wellbeing. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 34, 594-601.