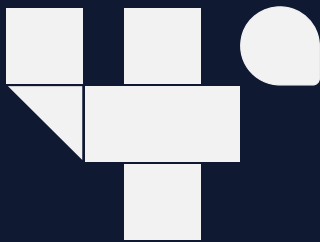




**The Psychologist:**  
Practice & Research Journal



ORDEM  
DOS  
PSICÓLOGOS



**4º CONGRESSO  
ORDEM DOS PSICÓLOGOS  
PORTUGUESES**

Psicologia na Prevenção e Promoção do Desenvolvimento das Pessoas,  
Coesão Social e Crescimento Económico

ABSTRACTS BOOK

THE SCIENTIFIC JOURNAL  
OF THE **PORTUGUESE**  
**PSYCHOLOGIST ASSOCIATION**

### Impacto do Diagnóstico de Autismo Qualidade de vida e Sobrecarga dos Cuidadores Informais de Crianças com Perturbações do Espectro do Autismo

Joaquim Sousa & Teresa Sousa

Universidade Lusófona do Porto

A escassez de estudos relacionados com a Qualidade de Vida (QV) e a Sobrecarga em Cuidadores Informais de Crianças com Perturbações do Espectro do Autismo (PEA) foi o fator determinante na realização do presente trabalho, reforçando, assim, a pertinência e carácter inovador do mesmo. **Objetivos:** pretendemos conhecer o grau de sobrecarga vivenciada pelos cuidadores informais de crianças com diagnóstico de PEA e avaliar o respetivo impacto na qualidade de vida no cuidador. **Método:** participaram no estudo 37 cuidadores informais, dos quais 59.5% (n = 22) são do sexo feminino e 40.5% (n = 15) do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 29 - 52 anos (M = 40.19; DP = 5.04). **Resultados:** observou-se que 73% (n = 27) dos participantes evidenciaram sobrecarga. Os dados revelaram que a QV dos participantes se encontra afetada. Verificamos que 73% (n = 27) dos cuidadores informais referem alterações na vida pessoal, desde que passaram a ser cuidadores, referem, ainda, a necessidade de obter apoio institucional, sobretudo, económico e necessidade de mais informação sobre a PEA. **Conclusões:** Quanto maior a sobrecarga apresentada pelo cuidador informal, pior a qualidade de vida desse cuidador. A presença de uma criança dependente de cuidados especiais pode alterar, de diversas maneiras, a vida do cuidador informal, a estrutura da família e o seu funcionamento.

**Palavras-chave:** Cuidadores informais, Qualidade de vida, Sobrecarga, Perturbações do espectro do autismo.

### Papel da Auto-Compaixão na Perturbação Psicológica em Estudantes Universitários

Berta Rodrigues Maia<sup>1</sup>, Helena Moreira<sup>2</sup>, Maria João Soares<sup>3</sup>, Ana Telma Pereira<sup>3</sup>, & António Ferreira de Macedo<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Faculdade de Filosofia e Ciências Sociais, Centro Regional de Braga, Universidade Católica Portuguesa

<sup>2</sup>Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo-Comportamental, Universidade de Coimbra

<sup>3</sup>Instituto de Psicologia Médica, Faculdade de Medicina, Universidade de Coimbra

**Introdução:** a auto-compaixão enquanto factor atenuante do sofrimento psicológico tem sido alvo de interesse crescente.

**Objectivo:** explorar o papel preditivo da auto-compaixão nos níveis de perturbação psicológica. **Métodos:** 134 estudantes universitários com idades entre os 17-24 anos (Média=20,07±DP=1,57), maioritariamente do sexo feminino (74,6%) e solteiros (98,5%) preencheram a Escala de Auto-Compaixão (Castilho, & Gouveia, 2011) e a Escala de Depressão, Ansiedade e Stress-21 (Pais-Ribeiro, Honrado, & Leal, 2004). **Resultados:** Não houve diferenças de sexo nas pontuações médias das dimensões das duas escalas usadas. A auto-compaixão total apresentou uma correlação negativa com as três dimensões da EADS-21, sendo que para o Stresse a correlação foi

forte. No entanto, a Autocrítica, o Isolamento e a Sobre-identificação revelaram correlações positivas significativas com a Depressão e a Ansiedade e destas apenas o Isolamento se mostrou correlacionado com o Stresse. As correlações entre o Calor/Compreensão, a Humanidade Comum e o Mindfulness não se mostraram correlacionadas com a Depressão e a Ansiedade. A Humanidade Comum e o Mindfulness apresentaram uma correlação forte positiva com o Stresse e a correlação entre o Stresse e o Calor/compreensão foi não significativa. Finalmente, apenas o Mindfulness revelou ser um preditor positivo de Stresse, o Isolamento um preditor positivo de Depressão e a Autocrítica e o Isolamento um preditor positivo de Ansiedade. **Discussão:** A auto-compaixão revelou ser um componente importante na regulação da perturbação psicológica. Este estudo contribui para o aumento do nosso conhecimento sobre a relação entre estes constructos, sendo útil no desenvolvimento futuro de programas de prevenção e/ou intervenção.

**Palavras-chave:** Auto-compaixão, Perturbação psicológica, Estudantes

### Espaço S -Centro de Atendimento Clínico para Jovens, Câmara Municipal de Cascais

Ana Lisa Vicente

Câmara Municipal de Cascais - Divisão Juventude

No âmbito das suas competências, a Câmara Municipal de Cascais, através da Divisão da Juventude, participa na elaboração e execução de programa de prevenção em áreas da saúde juvenil, bem como assegura diretamente serviços e instrumentos de informação e apoio aos jovens. O Espaço S – Saúde, Sexualidade e Psicologia, constitui-se como uma resposta única e diferenciadora a nível da saúde mental Juvenil do Concelho de Cascais. Atende anualmente centenas de jovens com idades compreendidas entre os 10 e os 30 anos, realizando mais de 4000 consultas por ano, refletindo-se a nossa ação, não apenas nos jovens com quem trabalhamos diariamente, mas também nas famílias, agentes de saúde, sociais e educativos. A prevalência de perturbações emocionais e do comportamento na infância e adolescência foi investigada em vários estudos e, embora estes variem consideravelmente, estima-se que 10 a 20% das crianças e jovens tenham um ou mais problemas de saúde mental. Os dados também nos indicam que dentro das crianças e adolescentes que sofrem de problemas de saúde mental, apenas 1/5 recebe o tratamento apropriado. No âmbito de uma intervenção multidisciplinar, o Espaço S tem atualmente a funcionar consultas de psicologia/psicoterapia (individual e em grupo), nutrição, medicina e enfermagem. Num total de 3302 consultas de psicologia realizadas no ano de 2017, sobretudo a jovens do sexo feminino (65%), com idades compreendidas dos 15 aos 18, maioritariamente com quadros de depressão e ansiedade, o Espaço S pretende ser diariamente uma resposta efetiva, organizada e acessível a todos os jovens do concelho de Cascais.

**Palavras-chave:** Comunidade, Juventude, Psicologia