

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

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.

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-

- 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.