

LIVRO DE RESUMOS



EDITORES

Manuel Loureiro, Graça Esgalhado, Jóni Ledo & Madalena Cruz

TÍTULO: QUARTAS CONFERÊNCIAS INTERNACIONAIS EM PSICOLOGIA
CLÍNICA E DA SAÚDE DA UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR – SAÚDE
MENTAL E MUDANÇAS: OPORTUNIDADES E DESAFIOS PARA A PSICOLOGIA
CLÍNICA E DA SAÚDE - RESUMOS

EDITORES: MANUEL LOUREIRO/ GRAÇA ESGALHADO / JÓNI LEDO/
MADALENA CRUZ

FACULDADE DE CIÊNCIAS SOCIAIS E HUMANAS – FCSH / UBI
ESTRADA DO SINEIRO, S/N • 6200-209 COVILHÃ

4ª EDIÇÃO: MAIO DE 2025

EDITOR | UBI - UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR. SERVIÇOS GRÁFICOS

**QUARTAS CONFERÊNCIAS
INTERNACIONAIS EM PSICOLOGIA
CLÍNICA E DA SAÚDE DA
UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR**

**“SAÚDE MENTAL E MUDANÇAS:
OPORTUNIDADES E DESAFIOS PARA A
PSICOLOGIA CLÍNICA E DA SAÚDE”**

RESUMOS

Editado por:

Manuel Loureiro, Graça Esgalhado, Jóni Ledo & Madalena Cruz

Maio de 2025

Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, UBI, Covilhã

Sítio do congresso: <https://4ci-pcs.ubi.pt/>

COMISSÃO CIENTÍFICA

Ana Cunha – Universidade da Beira Interior
Ana Paula Amaral – Universidade da Beira Interior
Ana Torres – Universidade da Beira Interior
Anabela Pereira – Universidade de Évora
André Oliveira – Universidade da Beira Interior
Antonio Cabaco – Universidade Pontifícia de Salamanca
Carla Sofia Nascimento – Universidade da Beira Interior
Carlos Albuquerque – Instituto Politécnico de Viseu
Cláudia Silva – Universidade da Beira Interior
Cristina Queirós – Universidade do Porto
Ema Oliveira – Universidade da Beira Interior
Fátima Simões – Universidade da Beira Interior
Felipe Alckmin Carvalho – Universidade da Beira Interior
Filipa Pimenta – ISPA-Instituto Universitário
Graça Esgalhado – Universidade da Beira Interior
Isabel Leal – ISPA-Instituto Universitário
João Maroco – ISPA-Instituto Universitário
Jorge Cardoso – Instituto Universitário Egas Moniz
José Luís Pais Ribeiro – Universidade do Porto
José Ornelas – ISPA-Instituto Universitário
Ludovina Ramos – Universidade da Beira Interior
Luísa Barros – Universidade de Lisboa
Manuel Loureiro – Universidade da Beira Interior (Coordenador)
Maria da Graça Pereira – Universidade do Minho
Maria Miguel Barbosa da Costa – Universidade da Beira Interior
Marina Carvalho – Instituto Superior Manuel Teixeira Gomes
Marta Alves – Universidade da Beira Interior
Patrícia Pascoal – Universidade Lusófona
Paula Carvalho – Universidade da Beira Interior
Paulo Rodrigues – Universidade da Beira Interior
Paulo Vitória – Universidade da Beira Interior
Pedro Costa – ISPA-Instituto Universitário
Ricardo Barroso – Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro
Rosa Marina Afonso – Universidade da Beira Interior
Samuel Monteiro – Universidade da Beira Interior
Sandra Carina Guimarães – Universidade da Beira Interior
Sara Monteiro – Universidade de Aveiro
Saúl Neves de Jesus – Universidade do Algarve
Sofia Campos – Instituto Politécnico de Viseu
Vítor Costa – Universidade da Beira Interior

COORDENAÇÃO DA COMISSÃO CIENTÍFICA

Manuel Loureiro – Universidade da Beira Interior (Coordenador)

ORGANIZAÇÃO

3º Ciclo em Psicologia Clínica e da Saúde - Universidade da Beira Interior

COMISSÃO ORGANIZADORA

Graça Esgalhado (Coordenadora),
Areolina Duran
Carla Pereira
Daniela Sabino
Filipa Inácio
Guilherme Madeira
Hugo Vicente
Inês Batista
Joni Iedo
Lídia Ferreira
Madalena Cruz
Mariana Dinis
Micaela Nogueira
Patrícia Silva
Raquel Marques
Rita Castelo

APOIOS



OS NOSSOS CONTACTOS



conferenciaspcs.ubi@gmail.com
Covilhã



<https://4ci-pcs.ubi.pt/>



@ci.pcs.ubi



Estrada do Sineiro, 6200-209,

Índice

PREÂMBULO.....	14
CAPÍTULO 1 – COMUNICAÇÕES LIVRES.....	15
SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 1.....	15
1. Narcisismo, perturbação de personalidade narcísica e desafios atuais dos conceitos	15
2. Psicopatologia, vergonha e auto-julgamento após perda perinatal em mulheres portuguesas	15
3. Estilos educativos parentais, estilos de coping e saúde mental em adolescentes portugueses	16
4. Ioga na escola: investigação do impacto nas competências e bem-estar de crianças	16
SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 2.....	17
1. Nascimento Suportado por Comunicação Empática Baseada em Recursos (Científicos e Tecnológicos) – NASCER	17
2. Early Maladaptive Schema, Sexual Distress and Gender: Exploratory Study's Preliminary Results.....	18
3. Conhecimento sobre Educação Sexual" Uma Análise Comparativa entre Diferentes Faixas Etárias.....	18
4. Insomnia in portuguese adolescents: what determinants?	19
5. Hospital de Dia da Unidade de Psiquiatria Integrada para Adolescentes Daniel Sampaio.....	19
SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 3.....	20
1. Avaliação do Impacto do Programa de Reorganização da Função Parental na Adaptação de Pais de Crianças com Deficiência	20
2. Sentido na Vida e Felicidade: Um Estudo sobre o Papel da Parentalidade.....	21
3. Personalidade e parentalidade: um estudo comparativo em adultos	21
4. Parentalidade à Distância e Utilização das Tecnologias de Comunicação e Informação (TIC)	22
5. Parentalidades através de Tecnologias de Reprodução Assistidas: Entre Aspirações, Experiências e Bem-Estar Psicológico das Crianças	22
6. Luto Parental e Conjugalidade.....	23
SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 4.....	23
1. Validação do Mentoring Functions Questionnaire no Ensino Superior: Avaliação da Formação e Desempenho das Funções do Mentor.....	23

2. Mentoria na formação de professores: impacto no desenvolvimento pedagógico e profissional.....	24
3. Experiências de Discriminação e Sintomas Psicopatológicos numa Amostra de Estudantes da UBI.....	24
4. Suicidal Behavior among Portuguese Medical Students - A Nationwide Study	25
5. Prevalência e Fatores Associados a Ortorexia Nervosa em Estudantes Universitários – Revisão Sistemática	25
6. Programa “(Not) To Be Sad” – Validação de um Programa Breve de Intervenção iCBT para a Depressão e a Ansiedade no Ensino Superior	26
SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 5.....	27
1. Adição ao Trabalho, Distress e Estratégias de Coping em Adultos Ocupacionalmente Ativos.....	27
2. Síndrome do Imigrante: Alguns Aspetos Psico-Sociais	27
3. Atitudes Face à Sexualidade das Pessoas com Deficiência Intelectual: Estudo Psicométrico.....	28
4. Estudio del Impacto de un Programa de Estimulación Cognitiva en Población Mayor Sana y con Quejas Mnésicas.....	28
5. Lived Experiences and Psychosexual Health Perspectives of members of the Roma and Traveler Communities.....	29
6. Mortalidade por Suicídio em Populações Indígenas: Desafios da Saúde Mental Inclusiva	29
SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 6.....	30
1. Expressão da Agressividade em Adeptos de Futebol: Contextos de Visionamento e Claques	30
2. Scoping Review on Maladaptive Daydreaming: Preliminary findings on associated psychosocial factors.....	30
3. Dos ciclos viciosos: Pobreza e Saúde Mental	31
4. Teatro Radiofónico em Contexto Prisional: Efeitos no Ajustamento Psicossocial de Reclusos(as).....	31
5. Processo de radicalização em curso – um olhar da psicologia sobre a ascensão dos extremismos	32
SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 7.....	33
1. Comunicação entre profissionais de saúde e doentes internados: associações com a ansiedade e depressão	33
2. Medo de Recorrência do Cancro em Sobreviventes: Revisão Narrativa de Intervenções Psicoeducativas	33

3. Medo de recorrência do cancro em adolescentes e jovens adultos: Validação de modelo	34
4. Dr. Google and Cybercondria in a portuguese sample	35
5. Predictors of Quality of Life Among Hospitalized COVID-19 Patients	35
SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 8.....	36
1. Perspetivas de saúde psicossocial de pessoas com doença mental grave e/ou crónica 36	
2. Lived Experiences and Psychosexual Health Perspectives of Members and Former Members of Fundamentalist Religions and Congregations: A Qualitative Study	36
3. Clima LGBT e burnout: o papel mediador da qualidade de vida no trabalho	37
4. Depressão e homonegatividade em homens gays brasileiros com e sem HIV	37
5. Homonegatividade percebida e sofrimento psicológico de homens gays no Brasil: a cor da pele importa?.....	38
SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 9.....	39
1. Bem-Estar Psicossocial e Empoderamento em Mulheres vítimas de Violência de Género: Uma Revisão Sistemática.....	39
2. Determinantes Psicossociais da Saúde Ocupacional: Perspetiva de Género e da Diversidade Sexual	39
3. A Violência Sexual Infantil em Populações Indígenas no Brasil.....	40
4. Impactos Psicológicos e Interculturais nas Perceções sobre a Mulher e Violência Doméstica.....	40
5. Perfil das vítimas de violência no Namoro numa amostra de jovens adultos.....	41
SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 10.....	42
1. Suporte Social, Ansiedade e Satisfação com a Vida em Guardas Prisionais Portugueses	42
2. Explorative Study of Workplace Incivility Incidence Across Multiple Sectors.....	42
3. Medo da COVID-19, Sofrimento Psicológico e Gravidade da Insónia em Pacientes Psiquiátricos Brasileiros.....	43
4. Quantitative measures to assess masculinity in prisons: preliminary findings from a systematic literature review.	43
5. Perceções de Saúde em Contextos Sociais Vulneráveis: Evidências em empreendimentos sociais.....	44
SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 11.....	45
1. Os fatores dietéticos e de estilo de vida estão associados à gravidade dos sintomas da menopausa?.....	45

2. Comportamentos de gestão de peso em adultos portugueses emergentes.....	45
3. Green eating behaviour perceived advantages: Findings from the CLIMACTION project.....	46
4. Adesão ao Autocuidado e Coping em indivíduos com Diabetes Mellitus tipo 2	46
5. Adaptação do Guia Prático dos 5As para Tratamento da Obesidade no Brasil.....	47
SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 12.....	47
1. Preditores da Depressão em Condições Neurodegenerativas: Incapacidade, Alexitimia, Fusão Cognitiva, Vida Comprometida	47
2. The effects of individualized sport training such as tennis to autistic individuals on motor skills development	48
3. Digital Brain as a Cognitive Prosthesis for AI-Assisted Learning.....	49
4. Bem-estar em populações neurodivergentes: uma revisão sistemática da literatura. 49	
5. How does one Validate a set of Vignettes to Assess Perceptions of ADHD Symptoms cross culturally? (presencial)	50
6. Validação da escala de avaliação da coesão e adaptabilidade familiar (faces iii) numa amostra cubana	51
SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 13.....	51
1. Quais os fatores protetores e de risco para a saúde psicossocial de pessoas em situação de pobreza?	51
Machine Learning na Detecção do Alzheimer: ROI versus Voxels com sLORETA.....	52
2. Bem-Estar em Adultos de Meia-Idade e Idosos Portugueses	52
3. Psychometric Properties of the KHQ Symptom Severity Scale Among Middle-Aged Women	53
4. Guardadores da Memória: Entre o Envelhecimento Bem-Sucedido e o Risco de Demência.....	53
CAPÍTULO 2 – SIMPÓSIOS.....	54
<i>Simpósio 1 - Envelhecer com dignidade: investigação e desafios emergentes para a psicologia.....</i>	54
1. Perspetivas de Pessoas Mais Velhas sobre o Modelo da Gerotranscendência.....	54
2. Solidão na velhice: um estudo através da metodologia photovoice	55
3. Avaliação da Capacidade de Decisão em Saúde: Reflexões e Implicações para a Intervenção.....	55
4. D'Envelhecer: Temas e Desafios sobre o Envelhecimento da Pessoa com Deficiência Intelectual.....	56

5. Aspetos Positivos e Negativos da Transição para Estruturas Residenciais: estudo qualitativo.....	57
<i>Simpósio 2 - Literacia em saúde ao longo da vida: mais conhecimento mais saúde.....</i>	<i>57</i>
1. Literacia Digital e Literacia em Saúde Digital: Estratégias Promotoras em saúde ..	58
2. Literacia da Obesidade: Estratégias para Promover Saúde e Bem-Estar.....	58
3. Literacia em saúde mental em estudantes: SMILE Project	59
4. Literacia em Idosos: ElsAbem, longevidade com saúde e bem-estar	59
5. O impacto da inclusão digital na promoção da saúde mental e física dos Sêniore.	60
<i>Simpósio 3- Estudos de saúde mental em estudantes de ensino superior.....</i>	<i>61</i>
1. International Students Mental Health Challenges: A review	61
2. Estudantes internacionais e Saúde Mental em Portugal: Uma revisão narrativa.....	62
3. CPLP-Catch People for Life Promotion: Apresentação de projeto de investigação	62
4. Violência nas Relações de Intimidade em Estudantes da Universidade da Beira Interior	63
5. Avaliação qualitativa da utilidade e usabilidade da plataforma Skye.....	63
<i>Simpósio 4 - Capacitar para a Saúde Mental</i>	<i>64</i>
1. Suporte de Pares em Saúde Mental no Ensino Superior: perfil dos estudantes voluntários.....	64
2. Biofeedback e intervenção na Saúde Mental em Universitários	65
3. 4YourMind – Lidar com a Ansiedade: Um Programa de Prevenção de Problemas de Ansiedade de Estudantes Universitários	65
4. Validação de um Programa de Intervenção iCBT para a Depressão e a Ansiedade	66
5. Saúde Mental e Intervenção artístico-expressiva em mulheres cabo-verdianas em tratamento oncológico em Portugal	66
<i>Simpósio 5- Do trauma e da vinculação ao comportamento agressivo</i>	<i>67</i>
1. A Jornada do Autoconhecimento: Vivências e Superações	67
2. Experiências adversas na infância, estilos de vinculação e violência nas relações de intimidade.....	68
3. Entre traumas e vínculos: O caminho da vitimação à agressão	68
4. Influência das experiências adversas na infância, dos estilos de vinculação e da regulação emocional no comportamento agressivo	69
5. Feridas Silenciosas: A Herança Psicológica da Adversidade Infantil na regulação emocional e no estilo de vinculação	69

Simpósio 6 - Intervenção psicológica na demência: da redução do risco e atraso dos sintomas à dignidade nos cuidados. 70

1. Protocolo Individual de Estimulação Cognitiva (PIEC): princípios e metodologia de aplicação70
2. Do REMINDER para o REMINDER4Care: Considerações sobre o estudo de viabilidade e construção da versão adaptada71
3. Abordagens Não-Farmacológicas na Demência: conhecimento dos Intervenientes na Prestação de Cuidados71
4. “Recuerda y comparte”: Estudo piloto de um programa de reminiscência baseada em locais com realidade virtual72
5. Personhood e Cuidados de Imagem: construção de um Guião de Entrevista73
6. Remembering Together in Dementia: reminiscência conjunta com casais com membro com demência.....73

Simpósio 7 - A Psicologia Clínica e da Saúde face aos desafios migratórios e interculturais contemporâneos 74

1. Estudantes em Mobilidade Internacional no Ensino Superior, Adaptação e Saúde Mental74
2. Impactos da migração internacional na saúde mental e qualidade de vida de estudantes brasileiros74
3. Estudantes internacionais em tempos pandémicos – Ampliando intervenções em Roda de Conversa online.....75
4. Saúde Mental e Qualidade de Vida dos Migrantes em Contexto de Pandemia.....75
5. Bem-estar psicológico e saúde mental de imigrantes portugueses residentes no México76

CAPÍTULO 3 – POSTERS..... 77

1. Representações e experiências de mães de adolescentes diagnosticadas com escoliose idiopática77
2. Processamento Emocional e Redes Neurais Funcionais na Sintomatologia Psicopatológica.....77
3. Incongruência desejo-meta na alimentação de jovens adultos.....78
4. Validade e confiabilidade da dietary goal-desire incongruence scale para adultos brasileiros78
6. O tipo de Paixão e a Regulação Emocional em estudantes do ensino superior com comportamentos aditivos.....79
7. A Relação entre a Autoestima, a Regulação Emocional e as Perturbações Depressivas

8. Percepção da coparentalidade e comportamento pró-social de crianças em idade escolar na perspectiva parental.....	81
9. Artificial Intelligence in Alzheimer's Diagnosis: Spectral Entropy and Machine Learning	81
10. Desenvolvimento de Competências Profissionais em Gerontologia Através da Participação em Investigação sobre Solidão em Pessoas Idosas.....	82
11. A avaliação do distress psicológico: Revisão sistemática sobre a Kessler Psychological Distress Scale	83
12. Avaliação neuropsicológica e da capacidade para o trabalho de pacientes depressivos em remissão	83
13. Influência da Comunicação Centrada no Paciente na Saúde da População Idosa Inativa	84
14. Avaliação Psicológica em Fibrose Quística: Ansiedade, Depressão e Qualidade de Vida.....	84
15. Emoaction: Programa de promoção de competências socioemocionais em alunos do 1º ciclo	85
16. Relação entre falhas cognitivas percebidas e níveis de depressão após AVC	85
17. Intervenções psicológicas promotoras de desempenho académico e bem-estar universitário	86
18. O sentido da vida em estudantes universitários: projeto de investigação.....	86
19. Tradução, Adaptação e Análise Preliminar das Propriedades Psicométricas da Escala para Medir Experiências Positivas e Negativas de Psicoterapia (EPNP).....	87
20. Inteligência Artificial e Redução de Sintomas de Ansiedade aos Testes: Projeto ...	87
21. Modulação Neurofisiológica através da Estimulação Magnética Transcraniana no Tratamento da Depressão Resistente	88
23. Necessidades Informacionais de sobreviventes oncológicos com Cancer-related Cognitive Impairment (CRCI): Revisão Narrativa	89
24. Estudo exploratório das Práticas Ambientais em Estudantes do 1.ºano da UBI	89
25. Regulação emocional e bem-estar em estudantes do ensino superior.....	90
26. Perturbações psicossomáticas maternas e as suas repercussões no recém-nascido/bebé.....	90
27. Projeto Estilos Parentais em Populações Insulares e Continentais: Implicações para a Saúde Mental	91
28. Relação entre maus-tratos infantis e estratégias de regulação emocional em adultos: Revisão sistemática da literatura	92

29. Transdiagnostic Factors Associated with Help-Seeking Related to Sexual Distress: Qualitative Study	92
<i>CAPÍTULO 4 – WORKSHOPS.....</i>	<i>93</i>
1. Primeiros Socorros Psicológicos: para todos	93
2. Perturbação de Hiperatividade e Défice de Atenção: Intervenção Psicológica em Consulta Clínica	94
3. Comunicação Autêntica.....	94
4. Terminei os estudos, e agora? Caminhos práticos na Psicologia Clínica em Portugal	95
5. Violência, Vítimas e Agressores: Um Padrão Familiar Disfuncional.....	95
6. Demências: Avaliação e Intervenção	96

PREÂMBULO

A realidade em que vivemos no contexto atual, independentemente do nível em que nos coloquemos, local, regional, nacional ou global, coloca os cidadãos perante margens substanciais de incerteza face ao futuro. Bastará pensar nos conflitos político-militares, alguns anos atrás apenas previstos ou antecipados por um punhado de analistas mais argutos e atentos, para vermos as nuvens sombrias que pairam sobre o futuro das novas gerações, nuvens essas adensadas pela enorme fatura material e emocional que vamos pagando cada dia que passa. Por outro lado, os resultados das opções políticas e da própria ação política, são pouco animadores. Isto porque, se por um lado, vemos ser posto em causa o quadro de referência axiológico que acreditamos estar na base dos mais elementares direitos humanos e, portanto, de todo o avanço civilizacional, por outro, não tem sido possível observar na ação política ações competentes e os consequentes resultados capazes contribuir de uma forma séria e eficaz para debelar as dificuldades a que nos referimos.

Em tempos de incerteza decorrente de mudanças nem sempre suficientemente antecipadas, são múltiplos os desafios que enfrentam os profissionais e investigadores na área da Psicologia Clínica e da Saúde, quer seja no sentido de contribuir para aumentar a nossa capacidade de compreensão dos próprios fenómenos, quer seja no sentido de ajudar aqueles cujo limiar de tolerância à incerteza foi ultrapassado ou que, de alguma forma, necessitam de ver melhorada a sua capacidade de resposta às exigências adaptativas. Podemos afirmar que aquela multiplicidade de desafios se encontra representada em toda a diversidade dos temas a apresentar seja pelos conferencistas convidados(s) de mérito e reconhecimento internacional, seja pelos restantes participantes, cujos resumos submetidos constam deste Livro de Resumos e pelos quais fomos surpreendidos e ficamos gratos. É que, neste labor profissional e académico, vemos também uma afirmação de cidadania, para além da natural vontade de melhor compreender as dificuldades e melhor fundamentar soluções para as mesmas.

Esperamos que nesta experiência partilhada nos possamos superar na construção de mais e melhor conhecimento na área da Psicologia Clínica e da Saúde, que contribua para superar os desafios da atualidade.

Por fim, dado que as Jornadas Internacionais em Psicologia Clínica e da Saúde da UBI são pensadas e desenvolvidas no contexto do 3º Ciclo em Psicologia Clínica e da Saúde é devida uma palavra de reconhecimento pelo seu contributo para este projeto a todas as alunas e alunos, e, na pessoa da atual diretora, Professora Doutora Graça Esgalhado, a todas e a todos os colegas.

O Coordenador da Comissão Científica
Manuel Joaquim Loureiro
Professor Catedrático

CAPÍTULO 1 – COMUNICAÇÕES LIVRES

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 1

Moderadora: Mariana Dinis

1. Narcisismo, perturbação de personalidade narcísica e desafios atuais dos conceitos

Raíssa Santos¹

¹ISMAT, Portugal

p7213@ismat.pt

O narcisismo é um dos mais antigos construtos de personalidade conhecidos. Está estabelecido como um conceito fundamental da personalidade, com múltiplas conceptualizações e teorias sobre os seus aspetos e facetas mais relevantes. O narcisismo, no seu sentido mais amplo, manifesta-se como um traço de personalidade presente, em graus variáveis, em todos os indivíduos. Torna-se patológico quando atinge uma expressão exacerbada e disfuncional, configurando a Perturbação da Personalidade Narcísica. O diagnóstico desta perturbação é muitas vezes complexo, dada a sua sobreposição com outras perturbações mentais e a dificuldade em estabelecer critérios claros e objetivos para a mesma. Apesar dos avanços teóricos, existem ainda lacunas e inconsistências na compreensão da Perturbação da Personalidade Narcísica, com um impacto importante na sua avaliação e abordagens terapêuticas. Esta comunicação livre consiste numa revisão narrativa do tema, abordando o estado da arte e os desafios atuais, interligando teoria e prática.

2. Psicopatologia, vergonha e auto-julgamento após perda perinatal em mulheres portuguesas

Mariana Ribeiro¹, Paula Saraiva Carvalho¹, Dário Ferreira² & Ana Torres^{1,3}

¹ Department of Psychology and Education, University of Beira Interior

² Department of Mathematics and Center of Mathematics

³ CINTESIS@RISE felipcarvalho@usp.br

mariana.r.duarte@ubi.pt

Introdução: A perda perinatal é uma experiência dolorosa que coloca em espera sonhos, expectativas e o projeto idealizado pela família, levando a mudanças emocionais, físicas, sociais e espirituais a quem a vivencia. **Método:** Este estudo tem como objetivo avaliar a presença de sintomas de ansiedade e depressão, bem como os níveis de autojulgamento (autocrítica, isolamento e sobreidentificação) e vergonha em mulheres que sofreram perda perinatal. Das 545 mulheres que responderam ao questionário online, 501 foram consideradas elegíveis para este estudo, posteriormente divididas em cinco grupos de acordo com o tempo decorrido desde o evento de perda e a sua participação no estudo. **Resultados:** Os participantes apresentaram maiores sintomas psicopatológicos no grupo cuja perda ocorreu 7 a 18 meses antes da participação, com diferenças significativas nos sintomas de ansiedade. O isolamento e a vergonha revelaram-se os preditores mais significativos de

sintomas depressivos e de ansiedade. Discussão: Foi possível verificar que os sintomas de ansiedade e depressão se mantêm mais elevados do que o esperado vários anos após o evento, assim como os níveis de auto-julgamento e vergonha. Neste sentido, é fundamental divulgar o impacto que a perda perinatal tem nas mulheres portuguesas para que estas tenham a intervenção clínica de que necessitam. Serão discutidas e retiradas implicações destes resultados para a prática clínica em Psicologia Clínica e da Saúde e para estudos futuros.

3. Estilos educativos parentais, estilos de coping e saúde mental em adolescentes portugueses

Maria da Luz Vale-Dias¹ & Márcia Teixeira¹

¹ Universidade de Coimbra (Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação)

valedias@fpce.uc.pt

Introdução: Atualmente, considerando inclusivamente o possível impacto do contexto pandémico da COVID-19 na dinâmica familiar, o interesse demonstrado por pesquisas sobre a influência das práticas educativas parentais no bem-estar dos adolescentes é crescente. Assim, pretendeu-se compreender se existe uma relação significativa entre os estilos parentais e variáveis importantes para o bem-estar e desenvolvimento dos adolescentes. Concretamente, este trabalho tem como objetivo avaliar a existência de relações entre os Estilos Educativos Parentais, o uso de Estratégias e Estilos de Coping e a Saúde Mental. **Método:** Utilizou-se uma amostra de 278 sujeitos portugueses de ambos os sexos e entre os 15 e os 18 anos, que participaram na investigação correlacional, através do preenchimento de cinco instrumentos em contexto pandémico ou pós-pandémico: um Questionário Sociodemográfico, a Escala de Estilos Educativos Parentais - Versão para Filhos, a adaptação portuguesa para adolescentes do *Brief Cope Questionnaire*, e as adaptações portuguesas do *Mental Health Continuum - Short Form* (MHC-SF) e do *Brief Symptom Inventory* (BSI). **Resultados:** Os resultados demonstram que os Estilos Educativos Parentais se relacionam com os Estilos de Coping e, ainda, que cada uma das variáveis pode ter consequências na Saúde Mental. **Discussão:** Concluiu-se que existe uma relação significativa entre as três variáveis em estudo, que acabam por estar interligadas, embora os valores preditivos sejam modestos. Analisam-se as limitações e implicações desta investigação para estudos futuros.

4. Ioga na escola: investigação do impacto nas competências e bem-estar de crianças

Maria da Luz Vale-Dias¹ & Cristina Romano¹

¹ Universidade de Coimbra (Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação)

valedias@fpce.uc.pt

Introdução: O estudo da eficácia do ioga na melhoria das características de saúde mental, física e comportamental em contextos escolares é um campo de pesquisa recente, mas em expansão. Embora existam estudos que evidenciam os benefícios do ioga para adultos, corroborados por dados das neurociências, é ainda muito escassa a pesquisa sobre os efeitos do ioga em crianças, especialmente no contexto escolar. Assim, o objetivo principal deste trabalho é apresentar e descrever um projeto em curso que visa contribuir para o desenvolvimento de investigação sobre o impacto da implementação de programas de ioga em contexto escolar, nomeadamente no que se refere ao desenvolvimento, competências, saúde mental e bem-estar de crianças. **Método:** A proposta incluirá a

descrição de três estudos (Estudo piloto, Estudo longitudinal quasi-experimental e Estudo de avaliação das percepções sobre o impacto de um programa de ioga), que envolverão cerca de 200 crianças, de ambos os sexos e a frequentar o 1º ciclo do ensino básico, assim como os seus pais e professores, encontrando-se já os protocolos de colaboração assegurados. Para além da descrição do programa criado e a implementar, serão referidas metodologias mistas, recorrendo à aplicação de testes e escalas e, ainda, à realização de entrevistas. Resultados: Serão descritos o projeto e as bases do programa de ioga em contexto escolar, delineados para avaliação do impacto no que se refere ao desenvolvimento, competências, saúde mental e bem-estar de crianças. Discussão: Com base nas opções conceituais e metodológicas seguidas, serão abordadas as implicações esperadas relativamente à implementação de um projeto que visa testar a integração do ioga no contexto educacional, o qual a literatura internacional considera como uma oportunidade de cultivar habilidades e atitudes que contribuem para o desenvolvimento integral e saúde mental dos indivíduos. Palavras chave: Programa de ioga; Competências; Saúde mental; Crianças.

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 2

Moderador: Hugo Vicente

1. Nascimento Suportado por Comunicação Empática Baseada em Recursos (Científicos e Tecnológicos) – NASCER

Ana Orvalho Dias, Carla Semedo, António Diniz, João Viseu, Nuno Rebelo dos Santos, Constança Biscaia, Hêrnani Oliveira & Hugo Rebelo.

ana.orvalho.dias@uevora.pt

Durante o parto, aspetos como a comunicação, a informação transmitida, as relações interpessoais, o respeito e o apoio emocional, são muitas vezes considerados pelas grávidas mais importantes do que as intervenções médicas ou o alívio da dor. Neste contexto revela-se fundamental falarmos em cuidados centrados na parturiente, cujo objetivo é melhorar a qualidade dos serviços de cuidados de maternidade, promovendo uma experiência mais positiva para as mulheres. Os objetivos do NASCER passam por caracterizar o processo de comunicação e de transição de cuidados entre profissionais de saúde e parturientes; diagnosticar potenciais lacunas no processo de comunicação e informação entre os mesmos; desenvolver através de formação, competências de comunicação centradas na parturiente e definir informação relevante a ser perguntada/transmitida; e avaliar o efeito da intervenção. Os resultados serão obtidos com recurso a grelhas de observação das interações comunicacionais entre profissionais e grávidas, e profissionais entre si, e através do inquérito de satisfação às puérperas, que avalia a sua satisfação com a comunicação durante o processo do parto. Espera-se que o projeto contribua para a melhoria de indicadores de saúde, nomeadamente indicadores de saúde perinatais, na medida em que otimiza a comunicação entre profissionais de saúde e as grávidas, e a comunicação interprofissionais, de modo a tornar as decisões mais informadas e integradoras de todos os inputs relevantes.

2. Early Maladaptive Schema, Sexual Distress and Gender: Exploratory Study's Preliminary Results

Patrícia M. Pascoal^{1,2,3}, Catarina F. Raposo^{1,4}, Catia Oliveira¹, Nuno Tomada⁵ & Andreia A. Manão¹

¹ HEI-Lab—Digital Human-Environment Interaction Labs, Lusofona University, Campo Grande 376, 1749-024 Lisboa, Portugal;

² Clínica Universitária de Psiquiatria e Psicologia Médica, Faculdade de Medicina, Universidade de Lisboa, Avenida Professor Egas Moniz, 1649-028 Lisboa, Portugal

³ PSYLAB, Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB), Faculdade de Medicina, Universidade de Lisboa, Avenida Professor Egas Moniz, 1649-028 Lisboa, Portugal

⁴ Center for Psychology at the University of Porto, Faculty of Psychology and Educational Sciences of the University of Porto, Portugal

⁵ Institute for Health Research and Innovation (i3S) of Porto University, Porto, Portugal.

patricia.pascoal@gmail.com

Introduction: Early maladaptive schemas (EMS) influence our self-perception and our relationships, guiding our interpretation of experiences. Originating in childhood, they are vital for understanding emotional and personality disorders, especially in schema therapy. While schema therapy addresses emotional issues, EMS rarely examines sexual distress related to sexual function (SDRSF). This study explores the best predictors of SDRSF, adjusting for relationship satisfaction, and will analyse gender differences. Method: This online cross-sectional quantitative study surveyed 469 sexually active individuals ($M = 38$; $SD = 11.6$) in exclusive dyadic relationships, using a sociodemographic questionnaire and measures for EMS (independent variable), sexual distress (dependent variable) and relationship satisfaction. Results: The final model explained 20% of the variance [$F(19, 450) = 6.07$, $p < 0.001$], with relationship satisfaction and EMS's of abandonment, vulnerability to harm, and subjugation being significant. Relationship satisfaction ($B = -.24$, $p < .001$), subjugation EMS ($B = .20$, $p < .001$), and vulnerability ($B = .17$, $p < .001$) had higher B values than abandonment EMS ($B = .13$, $p < .001$). Analysis by gender will be presented at the congress. Discussion: Preliminary results suggest that EMS is critical in assessing and treating SDRSF within Clinical Psychology. The model points to an integrative approach that considers the interaction of EMS and factors such as relationship satisfaction.

3. Conhecimento sobre Educação Sexual" Uma Análise Comparativa entre Diferentes Faixas Etárias

Bruna Perry¹ & José Alberto Ribeiro-Gonçalves^{2,3}

¹ Universidade da Madeira

² Departamento de Psicologia, Universidade da Madeira

³ Centro de Psicologia da Universidade do Porto, Universidade do Porto

2048421@student.uma.pt

Conhecimento e Atitudes sobre Educação Sexual: Uma Análise Comparativa entre Diferentes Faixas Etárias. O presente projeto integra-se na educação sexual ao longo do ciclo de vida, procurando compreender como o conhecimento e as atitudes variam entre gerações e são influenciados pela literacia em saúde sexual, conservadorismo, suporte social e familiar, preconceito sexual e ligação comunitária. Tradicionalmente centrada na juventude, a educação sexual negligenciou as necessidades dos idosos. Com o envelhecimento demográfico, torna-se essencial promover a autonomia, o empoderamento e a inclusão,

valorizando a sexualidade em todas as fases da vida. Este estudo quantitativo inclui participantes divididos em três grupos: jovens adultos (18-40 anos), adultos (40-65 anos) e idosos (65+ anos), sendo aplicadas a Escala de Literacia em Saúde Sexual e Reprodutiva (ELSSR), a Escala de Conservadorismo Económico e Social, a Multidimensional *Scale of Perceived Social Support* (MSPSS), a Escala Multidimensional de Preconceito Sexual e a *Sense of Community Scale* (SOCS). Pretende-se identificar fatores determinantes da perceção e do acesso à educação sexual e contribuir para políticas públicas mais inclusivas e adequadas à diversidade geracional. Palavras-chave: Educação sexual; Gerações; Diversidade; Ciclo de vida.

4. Insomnia in portuguese adolescents: what determinants?

Marta Uva¹, Ivone Patrão², Marta G. Porto³, João Marôco^{3,4} & Filipa Pimenta³

¹ ISPA, Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

² APPsyCI, Applied Psychology Research Center Capabilities & Inclusion, ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

³ WJCR, William James Center for Research, ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

⁴ INTREPID, Universidade Lusófona, Lisboa, Portugal

martauva.nunes@gmail.com

Background: Sleep ensures adolescents' healthy development. Since 11-30% experience sleep disturbances, this study seeks to explore key predictors of insomnia, as its causes remains uncertain. Methods: This descriptive, correlational and cross-sectional study, comprised a sample of 1,566 adolescents from Madeira schools, aged between 12-19 years (M=14.79, SD=1.89), who answered a sociodemographic, an internet use and also the Portuguese Yale Food Addiction Scale, Internet Addiction Test, Smartphone Addiction Scale – Short Version, General Functioning dimension of the Family Assessment Device, Brief Self-Control Scale, and the Athens Insomnia Scale. Findings: The refined structural model presented a good fit (SRMR=.066; GFI=.970; CFI=.973; TLI=.974; RMSEA=.060; $p<.001$; 90% CI=[.059, .061]). Teenagers with higher levels of Food Addiction ($\beta=.181$; $p<.001$), Internet Addiction ($\beta=.098$; $p=.003$), Pleasure Driven Behaviour and Impulsivity ($\beta=.334$; $p<.001$), Access to Screens in the Room at Night ($\beta=.111$; $p<.001$), Frequency of Screen Use Before Going to Sleep ($\beta=.096$; $p<.001$), lower levels of Support and Trust ($\beta=-.140$; $p<.001$) and who are female ($\beta=.127$; $p<.001$) experienced higher insomnia. Discussion: These findings emphasize the necessity of developing future interventions with adolescents, focused on the promotion of sleep hygiene, and teenagers' impulsivity self-management, to enable the development of a consistent and healthy sleep routine suited to teenagers' needs.

5. Hospital de Dia da Unidade de Psiquiatria Integrada para Adolescentes Daniel Sampaio

Patrícia M. Pascoal^{1,2,3,4}, Carlos Siopa¹, António Neves Carvalho¹, Ana Prioste¹, Ana Real¹, Bruna Boarquivo Bastos¹, Carolina Costa¹, Diana Ribeiro¹, Miguel Soares¹, Sandra Marta¹ & Nazaré Santos¹

¹ Unidade Local de Saúde de Santa Maria, equipa da Unidade de Psiquiatria Integrada para Adolescentes, ² HEI-Lab—Digital Human-Environment Interaction Labs, Lusófona University, Campo Grande 376, 1749-024 Lisboa, Portugal

³ Clínica Universitária de Psiquiatria e Psicologia Médica, Faculdade de Medicina, Universidade de Lisboa, Avenida Professor Egas Moniz, 1649-028 Lisboa, Portugal

⁴ PSYLAB, Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB), Faculdade de Medicina, Universidade de Lisboa, Avenida Professor Egas Moniz, 1649-028 Lisboa, Portugal
patricia.pascoal@ulssm.min-saude.pt

"Introdução: A partir de um projeto iniciado em 1986, o Hospital de Dia (HD) insere-se na Unidade de Psiquiatria Integrada para Adolescentes (UPIA) Daniel Sampaio em Lisboa, inaugurada em janeiro de 2025. O HD acolhe jovens entre os 15 - 21 anos com psicopatologia grave (e.g., comportamentos suicidários persistentes) e incapacidade psicossocial, e não responde a quadros de toxicodependência, psicoses e outros referenciados para equipas especializadas. O modelo de intervenção é primordialmente sistémico e integrativo e é em grupo semiaberto, i.e., a chegada e partida dos pacientes é assíncrona e segue o plano terapêutico individual. A equipa do HD tem especialistas em psiquiatria, pedopsiquiatria, psicologia clínica, serviço social, enfermagem e terapia ocupacional.

Método: Apresenta-se o modelo de intervenção e os dados de funcionamento conforme registos clínicos e administrativos de 2025. Os indicadores são número de entrevistas de admissão, admissões efetivas, altas e diagnóstico principal.

Resultados: Em 2025 no HD houve: 11 doentes; 8 entrevistas de admissão; 3 exclusões por ausência de critérios; altas e há 3 jovens em lista de espera. Predominam as perturbações de personalidade associadas a comportamentos autolesivos e tentativas de suicídio.

Discussão: O modelo multidisciplinar releva a psicologia clínica e tem respondido às necessidades de adolescentes com quadros clínicos complexos promovendo a sua integração psicossocial e a diminuição da severidade sintomatológica."

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 3

Moderadora: Inês Batista

1. Avaliação do Impacto do Programa de Reorganização da Função Parental na Adaptação de Pais de Crianças com Deficiência

Catarina Almeida Roque¹

¹Centro de Investigação em Educação e Psicologia, Universidade de Évora, Portugal
catarina.roque@uevora.pt

Com base no Modelo de Adaptação Familiar, que tem em consideração os aspetos emocionais e o processo de desenvolvimento e de adaptação necessários aos pais de crianças com deficiência, foi construído o Programa de reorganização da função parental (3R), organizado em 6 sessões, assente em três dimensões: reflexão, reorganização da função parental e rede de apoio. Neste estudo, qualitativo e quantitativo, pretende-se avaliar o impacto deste programa de grupo, online, para pais de crianças com deficiência, em que se abordam diferentes dimensões da adaptação parental, realizado com 27 participantes. Os resultados foram avaliados através da Escala Parental de Adaptação à Deficiência, aplicada em momentos pré e pós programa, de um questionário de avaliação e da análise de conteúdo das sessões. O programa mostrou ter impacto no processo de adaptação, ao nível da reflexão, rede de apoio e reorganização da função parental. Os dados mostram que as sessões foram ao encontro dos objetivos do programa. Os participantes conseguiram refletir e repensar sobre o seu desenvolvimento, mostraram-se satisfeitos com o programa e este revelou-se globalmente útil, com base nos pressupostos teóricos que o sustentam. Futuramente, este programa poderá vir a ser útil para outros pais, tal como a construção de um manual para

profissionais servirá como um instrumento de trabalho para os que queiram trabalhar com estas famílias.

2. Sentido na Vida e Felicidade: Um Estudo sobre o Papel da Parentalidade

Lyvia Soares¹ & Carla Fonte¹

¹ Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Universidade Fernando Pessoa, Porto, Portugal
42202@ufp.edu.pt

Introdução: A procura pela felicidade e sentido na vida constitui um dos desafios centrais da existência humana. Num contexto de constantes transformações sociais, marcado pelo crescimento do individualismo e por mudanças estruturais nas famílias a parentalidade e os efeitos da mesma sobre as experiências subjetivas de sentido e felicidade mantêm-se ambíguos na literatura contemporânea. Neste âmbito apresenta-se um estudo que tem como objetivo geral comparar os níveis felicidade e de sentido na vida e entre adultos que são pais e não são. **Método:** Realizou-se um estudo quantitativo transversal, com uma amostra composta por 467 participantes (M idade = 38,88; DP = 13,98), dos quais 204 eram pais e 263 não pais. Foram utilizados o Questionário do Sentido da Vida e o Inventário de Psicoterapia Positiva. **Resultados:** Os pais apresentaram níveis significativamente mais elevados de presença de Sentido e vida comprometida. Em contrapartida, os não pais destacaram-se em ambição e motivação para novos objetivos. **Discussão:** Os resultados sugerem que a parentalidade está associada a uma vivência mais consolidada de sentido na vida e maior comprometimento, reforçando a relevância de compreender a parentalidade como um fenómeno psicossocial complexo, com implicações significativas na construção da felicidade e do sentido da vida.

3. Personalidade e parentalidade: um estudo comparativo em adultos

Claudia Augusto¹ & Carla Fonte¹

¹ Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Universidade Fernando Pessoa, Porto, Portugal
41446@ufp.edu.pt

Introdução: A personalidade é considerada um fator central na determinação de comportamentos, atitudes e relações interpessoais. A vivência da parentalidade configura-se como uma experiência transformadora, potencialmente influenciando diversos traços de personalidade em função das exigências associadas às funções parentais. Neste contexto, o presente estudo teve como objetivo analisar comparativamente as características de personalidade entre adultos que são pais e aqueles que não possuem filhos, adotando uma abordagem quantitativa. **Método:** A amostra foi composta por 709 participantes, distribuídos em dois grupos - não pais (n=378; M idade de 26,6 anos) e pais (n= 330; M idade 47,44 anos). Os instrumentos utilizados foram o Inventário dos Cinco Grandes Fatores da Personalidade (*Big Five Inventory*) e o Questionário de Personalidade Autotélica. **Resultados:** Os dados indicaram diferenças estatisticamente significativas entre os grupos nos domínios da extroversão, conscienciosidade e estabilidade emocional, com valores mais elevados observados no grupo parental. Adicionalmente, no que diz respeito à personalidade autotélica, os indivíduos com filhos apresentaram também níveis superiores de persistência, menor auto-centração, maior motivação intrínseca e perceção de satisfação e desafio. **Discussão:** Os resultados contribuem para a compreensão das interações entre traços da personalidade e experiências de vida como a parentalidade.

4. Parentalidade à Distância e Utilização das Tecnologias de Comunicação e Informação (TIC)

Ernestina Manuel¹, Ana Isabel Cunha¹, Marta Alves¹

¹ Universidade da Beira Interior, Portugal

ernestina.manuel@ubi.pt

Introdução: A comunicação por meio de tecnologias é recorrente na interação entre pais e filhos. As TIC ganham particular relevância na manutenção das relações à distância, nomeadamente em famílias transnacionais. O objetivo do estudo é analisar a utilização das TIC na comunicação entre pais e filhos, no exercício da parentalidade à distância. **Método:** Participaram 130 pais migrantes dos PALOP/CPLP, residentes em Portugal e separados de pelo menos um filho menor de 18 anos, com idades compreendidas entre os 25 e 62 anos ($M = 44,79$; $DP = 7,70$). A maioria (57,7%) era do género masculino. Foi criado o Questionário de Tecnologia de Informação e Comunicação na Parentalidade Transnacional (QTIC-PT), que pretende avaliar domínio das TIC, motivos e frequência na comunicação. **Resultados:** Todos os participantes (100%) utilizam as TIC para comunicar com o seu filho à distância, em 99,2% dos casos o telemóvel. Para 52,3% a frequência de comunicação é diária. De entre os momentos de partilha virtual mais frequentes destacam-se aniversários/comemorações, acompanhar trabalhos escolares e as refeições. No exercício da parentalidade à distância, evidenciam-se como ações que conseguem exercer através das TIC: exprimir sentimentos, estabelecer regras e limites e acompanhar o aproveitamento escolar. **Discussão:** Apesar de não substituir o contacto presencial, as TIC são importantes na preservação dos vínculos familiares e no exercício da parentalidade à distância em pais migrantes.

5. Parentalidades através de Tecnologias de Reprodução Assistidas: Entre Aspirações, Experiências e Bem-Estar Psicológico das Crianças

António Oliveira^{1,2} & Henrique Pereira^{1,2}

¹ Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior, Edifício IV, 6200-209 Covilhã, Portugal

² Centro de Investigação em Ciências do Desporto, Ciências da Saúde e Desenvolvimento Humano (CIDESD), 5001-801 Vila Real, Portugal

antonio.oliveira@ubi.pt

Os avanços nas Tecnologias de Reprodução Assistida (TRA) têm favorecido a diversificação dos modelos familiares, permitindo que pessoas e casais LGBTQIA+ concretizem os seus projetos de parentalidade. Esta realidade emergente exige uma investigação aprofundada que permita compreender as experiências parentais destas pessoas e famílias e os potenciais efeitos destas vivências no desenvolvimento psicológico das crianças concebidas através de TRA. O presente projeto tem como objetivo analisar, de forma integrada, as aspirações e experiências parentais, bem como as suas implicações no bem-estar infantil. O plano de investigação está estruturado em quatro estudos, recorrendo a metodologias qualitativas, quantitativa e mista: um estudo quantitativo que analisa as atitudes e o conhecimento da população portuguesa relativamente às TRA; dois estudos qualitativos que exploram os percursos reprodutivos e os projetos parentais destes pais/mães que recorreram a estas tecnologias; e um estudo misto focado na avaliação do desenvolvimento e bem-estar psicológico de crianças concebidas neste enquadramento familiar. Os resultados esperados incluem a produção de artigos científicos, a apresentação em eventos académicos, o contributo para uma tese de doutoramento e a elaboração de recursos orientadores dirigidos

a profissionais e decisores políticos, com o objetivo de promover contextos familiares e sociais mais inclusivos.

6. Luto Parental e Conjugalidade

David Constantino¹ & Mariana Veloso Martins¹

¹ Faculdade de Psicologia e ciências da educação da universidade do Porto, Portugal.

davidtunon86@gmail.com

A perda de um filho despoleta sentimentos de desespero, tristeza estados depressivos, que podem levar a uma culpabilização própria e generalizada imputada a membros da família, cônjuge, equipas de saúde, sociedade em geral. Nomeadamente, a literatura aponta uma grande dificuldade no desenvolvimento da relação dos casais, quer ao nível satisfação relacional sexual e comunicativo, podendo haver uma relevância acentuada para os casos de separação, pela falta da necessidade de orientação. A literatura refere dificuldades na identificação e perceção das emoções, estas podem desempenhar um papel fundamental no desenvolvimento de problemas de satisfação sexual e relacional. Estas emoções parecem não estar identificadas, mais investigação é necessária para entender de que modo são vivenciadas e que mecanismos poderão potenciar a satisfação relacional e sexual de ambos os parceiros num casal. O objetivo geral do presente estudo consiste em determinar de que forma a vivência do luto por parte de cada um dos membros do casal afeta a satisfação relacional e sexual do próprio, mas também do parceiro/a. De forma a avaliar os efeitos da satisfação relacional e satisfação sexual em casais relacionado com o luto parental, com desenho metodológico descritivo, este estudo misto do tipo transversal, com um primeiro estudo qualitativo numa análise de entrevista semiestruturada numa amostra de pelo menos 10 pais do sexo masculino e os dois seguintes quantitativos através de questionário online a pelo menos 200 casais de forma individual e consequentemente analisados os dados correlacionalmente. Este estudo será útil para fornecer insights cruciais de apoio psicológico e emocional dos casais e famílias em luto na vida diária.

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 4

Moderadora: Lúcia Ferreira

1. Validação do Mentoring Functions Questionnaire no Ensino Superior: Avaliação da Formação e Desempenho das Funções do Mentor

Edite Oliveira¹ & Isabel Souto²

¹ Universidade Nova de Lisboa, Portugal

² Universidade Autónoma de Lisboa, Portugal

edite.oliveira@unl.pt

Introdução: as relações de mentoria desempenham um papel crucial nos resultados psicossociais e académicos dos estudantes; especialmente na sua integração e adaptação à universidade. A eficácia da mentoria está diretamente ligada à formação adequada dos mentores antes de início do programa, a qual abrange módulos sobre comunicação assertiva, inteligência emocional, gestão de conflitos e dilemas éticos. Método: este estudo utiliza o *Mentoring Functions Questionnaire* (MFQ) para avaliar a qualidade da função do mentor no final do programa, com o objetivo de validar o uso deste instrumento no ensino superior. A pesquisa visa analisar se as funções do mentor estão a ser adequadamente desempenhadas e alinhadas com a formação oferecida, em 200 mentorandos, através de um *Google Forms*.

Análises fatoriais confirmatórias são utilizadas para validar as três dimensões do questionário. Resultados: espera-se que os mentores ofereçam um suporte emocional significativo e sejam percebidos como modelos a seguir pelos mentorados. Discussão: a formação dos mentores desempenha um papel fundamental na eficácia do programa de mentoria e consequentemente no impacto académico e psicossocial dos mentorandos. A validação do *Mentoring Functions Questionnaire* (MFQ) no contexto de ensino superior oferece uma compreensão mais profunda sobre a qualidade da função do mentor e seu alinhamento com a formação.

2. Mentoria na formação de professores: impacto no desenvolvimento pedagógico e profissional

Edite Oliveira¹

¹ Universidade Nova de Lisboa, Portugal

edite.oliveira@unl.pt

Introdução: a mentoria tem-se mostrado uma estratégia eficaz no desenvolvimento profissional de professores, particularmente no início de carreira. A formação contínua de professores é essencial para garantir a qualidade do ensino e a mentoria desempenha um papel fundamental nesse processo promovendo a reflexão, troca de experiências e a aprendizagem colaborativa. O objetivo deste estudo é explorar os benefícios da mentoria na formação de professores com foco na prática pedagógica e desenvolvimento profissional.

Método: trata-se de um estudo qualitativo, realizado através de entrevistas a 30 professores iniciantes e respetivos mentores pertencentes ao ensino secundário da região da grande lisboa. Para a análise das entrevistas recorreremos ao software MAXQDA.

Resultados: verificou-se uma melhoria significativa nos professores iniciantes em termos de competência pedagógica e relações interpessoais. Discussão: a mentoria promove uma aprendizagem colaborativa essencial para a melhoria das práticas pedagógicas. O sucesso da mentoria depende de fatores como a qualidade da relação entre mentor e mentorando, a formação dos mentores e o acompanhamento de ambos mentor e mentorando pelo coordenador do programa.

3. Experiências de Discriminação e Sintomas Psicopatológicos numa Amostra de Estudantes da UBI

Leonor Gama¹, Paula Carvalho¹, Ana Gouveia¹ & Ana Antunes^{1,2,3}

¹Universidade da Beira Interior, Portugal"

²Instituto de Biofísica e Engenharia Biomédica, Faculdade de Ciências, Universidade de Lisboa, 1649-004 Lisboa, Portugal

³NECE - Research Center for Business Sciences, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior, R. José Caetano Júnior 149, 6200-209 Covilhã, Portugal

leonorgama29@gmail.com

Introdução: A discriminação é definida como um comportamento enviesado, que abrange situações de tratamento diferencial injustas perante um grupo, assim como o favorecimento de outros. Estes comportamentos impactam a saúde física e mental das vítimas, estando associados a níveis psicopatológicos mais elevados. O objetivo do estudo consistiu em avaliar a presença de experiências em que os participantes sentiram que foram discriminados e a sua relação com a presença de sintomas psicopatológicos. Método: Participaram 404 estudantes dos cursos de medicina e psicologia da Universidade da Beira Interior, com idades compreendidas entre os 18 e 52 anos (M=20.79; DP=3.42). Foi construído um

protocolo constituído por um questionário sociodemográfico, o *Generalized Anxiety Disorder-7* para avaliar os sintomas de ansiedade, o *Patient Health Questionnaire -9* para avaliar os sintomas depressivos e a Escala de Discriminação Explícita para avaliar as experiências de discriminação percebidas. Resultados: Os resultados demonstraram que 94% dos estudantes do ensino superior avaliados relatam pelo menos uma situação de tratamento diferencial e que as experiências de discriminação percebidas variam em função de algumas variáveis sociodemográficas. As correlações realizadas encontraram uma relação positiva entre os sintomas psicopatológicos e as experiências discriminatórias. Discussão: Os resultados demonstram a presença de discriminação no quotidiano dos estudantes do ensino superior. Assim, as instituições de ensino deveriam investir na implementação de projetos de prevenção e promoção da inclusão no ambiente académico.

4. Suicidal Behavior among Portuguese Medical Students - A Nationwide Study

Rodrigo Martins¹, Paulo Vitória², Marta Duarte³, Laetitia Teixeira⁴

¹ Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade da Beira Interior (FCS-UBI), Portugal

² Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade da Beira Interior (FCSH-UBI), Portugal

³ Centro Académico Clínico das Beiras (CACB), Portugal

⁴ Instituto de Ciências Abel Salazar da Universidade do Porto (ICBAS-UP), Portugal

rodrigomart2001@gmail.com

Background: Suicidal behavior among medical students is a critical public health concern. This study aimed to assess the prevalence of suicidal behavior among Portuguese medical students and identify associated risk and protective factors. Methods: A cross-sectional study was conducted among students from seven Portuguese medical schools. Participants were surveyed via validated instruments to assess suicidal behavior, childhood trauma, social support, and mental health status, along with a sociodemographic questionnaire. Logistic regression analyses identified independent predictors of suicide risk. Results: A total of 638 students participated in the study, with 43.9% classified as high risk for suicide (SBQ-R \geq 7). Suicidal ideation in the past year was reported by 31.7%, and 2.7% attempted suicide. Independent risk factors included adverse childhood experiences, experiencing a serious illness or accident of a close person, and lack of psychiatric care. Protective factors included higher perceived social support and better mental health status. Conclusions: Portuguese medical students exhibit a high prevalence of suicidal behavior. Lack of psychiatric care, adverse childhood experiences, and acute life stressors were key predictors of suicidality, while strong social support emerged as the strongest protective factor. The identification of predictive factors of suicidal behavior allows for early interventions for at-risk students and targeted prevention efforts.

5. Prevalência e Fatores Associados a Ortorexia Nervosa em Estudantes Universitários – Revisão Sistemática

Maria Filipe¹, Paulo Vitória^{2,3}

¹ Mestrado Integrado em Medicina, Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade da Beira Interior, Portugal

² Departamento de Psicologia e Educação da Universidade da Beira Interior, Portugal

³ RISE-Health, Universidade da Beira Interior, Portugal

a43817@fcsaude.ubi.pt

Introdução: A “Ortorexia Nervosa” (ON) define-se como uma obsessão severa pela ingestão de alimentos não processados e interpretados como saudáveis, cujo foco é na qualidade da dieta. Esta revisão teve como objetivo determinar a prevalência de ON em estudantes universitários e os fatores associados nesta população. **Métodos:** Foi realizada uma revisão sistemática da literatura com base no protocolo PRISMA, em quatro bases de dados. Foram incluídos os estudos que indicavam a prevalência de ON em estudantes universitários (incluindo os cut-offs), fatores associados à ON, e escritos em inglês ou português. **Resultados:** Os valores de prevalência obtidos oscilaram entre [1,70% - 85,1%]. Dos fatores de risco, destacam-se os hábitos alimentares prévios, a prática excessiva de atividade física, fatores da personalidade e a autopercepção corporal e física. Os alunos que frequentavam cursos de Nutrição, Educação Física e outras áreas da Saúde, apresentaram um maior risco de desenvolvimento de ON; esta foi mais prevalente em alunos que se encontravam nos anos iniciais dos seus respetivos cursos. **Discussão:** O conceito de ON ainda não está claramente definido e os critérios de diagnóstico e os instrumentos de avaliação carecem de validação. A associação da ON com os fatores identificados consolida a importância de intervenções preventivas e educativas, bem como de apoio psicológico durante a formação académica, em especial nos primeiros anos.

6. Programa “(Not) To Be Sad” – Validação de um Programa Breve de Intervenção iCBT para a Depressão e a Ansiedade no Ensino Superior

Catarina Cangarato Paixão¹, José Maria Fialho¹ & Anabela Pereira¹

¹ Universidade de Évora, Portugal"

catarinacangarato@gmail.com

Verifica-se o aumento de estudantes universitários com indicadores de uma ou mais problemáticas de saúde mental, sendo as mais comuns a ansiedade e questões relacionadas com o humor, acrescendo a depressão, stress e outras complicações psicológicas. Assim, é essencial que a investigação se debruce sobre a criação de ferramentas que ajudem a intervir com esta população. É objetivo deste estudo experimental quantitativo randomizado adaptar e validar um programa de intervenção iCBT para a prevenção de sintomas de depressão e ansiedade, direcionado a estudantes universitários portugueses. Será aplicado o Inventário de Ansiedade de Beck, Inventário de Depressão de Beck-II, Escala de Ajustamento ao Trabalho e Social. Serão efetuadas análises de Teste-T e ANOVA, teste de medição de efeito e análises de correlação e regressão, se aplicável. Espera-se validar a intervenção iCBT para estudantes universitários portugueses e a sua eficácia na redução de sintomas de depressão e ansiedade e melhoria da funcionalidade diária. É esperado verificar satisfação elevada na participação do programa e a manutenção da redução de sintomas ao longo do tempo. Pretende-se contribuir para validação deste tipo de programas iCBT. Espera-se contribuir também para a prevenção da saúde mental em contexto universitário, nomeadamente na depressão e ansiedade, contribuindo para a prática clínica e para o bem-estar dos jovens universitários, criando ferramentas validadas ao alcance desta população.\

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 5

Moderadora: Carla Pereira

1. Adição ao Trabalho, Distress e Estratégias de Coping em Adultos Ocupacionalmente Ativos

Ana Rita Raposo¹ & Maria Graça Esgalhado^{1,2}

¹ Universidade da Beira Interior, Portugal

² RISE-Health, Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal

anarita_dr@live.com.pt

Introdução: A adição ao trabalho caracteriza-se por elevados envolvimento e motivação para o trabalho e baixo prazer para o trabalho, e decorre de uma necessidade excessiva e incontrolável de trabalhar, que afeta a vida do indivíduo em várias dimensões, nomeadamente a nível das relações sociais e da saúde mental. Assim, esta pesquisa tem por objetivo principal averiguar a relação entre a adição ao trabalho, o distress psicológico e as estratégias de coping em adultos ocupacionalmente ativos. **Método:** estudo transversal, correlacional e preditivo. Participaram 562 adultos ocupacionalmente ativos, 112 estudantes e 447 trabalhadores, com idades entre os 18 e os 66 anos (Média= 34.47; DP=12.95). Utilizou-se um questionário sociodemográfico, a Escala de Distress Psicológico de Kessler, a *Dutch Work Addiction Scale* e o *Brief COPE*. **Resultados:** Os níveis de Distress foram elevados e observou-se uma incidência moderada do trabalho compulsivo e do trabalho excessivo. As mulheres apresentaram valores elevados no trabalho excessivo e no distress em comparação aos homens. Os estudantes obtiveram valores mais elevados no trabalho excessivo em comparação aos trabalhadores. **Conclusão:** Evidencia-se a necessidade de serem adotadas medidas preventivas da adição ao trabalho, e justificam-se intervenções nas organizações de forma a diminuir o trabalho excessivo e o trabalho compulsivo, promovendo uma melhor saúde e bem-estar.

2. Síndrome do Imigrante: Alguns Aspetos Psico-Sociais

Zaida Azeredo¹, Assunção Nogueira² & Ernestina Manuel³

¹ Hospital Sta Maria no Porto, Portugal

² CESPU Portugal

³ Ernestina Emanuel Psicóloga em Angola, Psicóloga, Mestre em Intervenção comunitária e saúde, Doutoranda na UBI Portugal

zaida.reci@gmail.com

Introdução: O Síndrome do imigrante consiste num desajustamento psico-social vivenciado por um imigrante que viveu em dois contextos diferentes **Objetivo:** Reflexão multidisciplinar sobre os fatores desencadeantes desta síndrome **Metodologia:** Revisão bibliográfica não sistemática; discussão multidisciplinar sobre o tema **Resultados:** O Síndrome do imigrante, também chamado de Síndrome de Ulisses consiste num desajustamento sociocultural vivenciado por uma pessoa que oriunda de uma cultura/área geográfica vai viver para outra com características diferentes. Quando alguém emigra, à procura de melhores condições de vida ou de promoção científica, vai com expectativas altas, porém quando confrontada com uma exploração laboral, língua desconhecida e más condições habitacionais surgem sensações de frustração e solidão bem como um forte sentimento de desenraizamento, de não pertença ao local para onde imigrou. Estes

sentimentos associados às saudades do suporte social, familiar podem conduzir com frequência sintomas depressivos (mais ou menos graves) e/ou comportamentos desviantes. Conclusões: Nos países recetores deve haver ações educativas para deteção de sinais de alerta e constituírem-se grupos de ajuda para integração dos imigrantes (sobretudo dos em situação ilegal) prevenindo, assim, patologias e/ou comportamentos marginalizantes.

3. Atitudes Face à Sexualidade das Pessoas com Deficiência Intelectual: Estudo Psicométrico

Eva Corceiro¹ & Graça Esgalhado^{1,2}

¹Universidade da Beira Interior

²RISE-Health, Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal

eva.corceiro@ubi.pt

As atitudes face à sexualidade são influenciadas pelas construções culturais de género, nomeadamente de feminilidade e masculinidade. Pretende-se validar o Questionário de Atitudes Face à Sexualidade de pessoas com Deficiência Intelectual (DI) numa amostra de adultos portugueses, e comparar as atitudes face à sexualidade de pessoas com DI, em função de variáveis sociodemográficas. Participaram no estudo 426 indivíduos (75.8% mulheres e 23.7% homens), média de idades de 27.81, (DP = 13.19), que responderam a Questionário Sociodemográfico, Questionários de Atitudes Face à Sexualidade da População Geral (QASG-M e H) e de Atitudes Face à Sexualidade de Pessoas com DI mulheres (QASDI-M) e homens (QASDI-H). Realizou-se uma Análise Fatorial Exploratória com extração dos componentes principais e com rotação *Varimax*. Retiveram-se itens com carga fatorial superior a .40, e utilizou-se o critério do *scree plot*. Para a QASDI-M produziram-se 2 fatores, respetivamente com $\alpha = .93$ e variância explicada de 31.75% e $\alpha = .66$ e variância explicada de 6.14%. Para a QASDI-H produziram-se 2 fatores, respetivamente com $\alpha = .94$ e variância explicada de 33.24% para o Fator 1, e $\alpha = .72$ e variância explicada de 6.22% para o Fator 2. Verificou-se a validade convergente através de correlações positivas o QASG-M e QASDI-M, e QASG-H e QASDI-H. As mulheres revelam atitudes mais positivas do que os homens face à sexualidade de pessoas com DI. Os instrumentos demonstram boas qualidades psicométricas.

4. Estudio del Impacto de un Programa de Estimulación Cognitiva en Población Mayor Sana y con Quejas Mnésicas

Paula Prieto Fernández¹, Armando González Sánchez¹, Lizbeth de la Torre López¹, Vanesa Alonso Bartolome¹ & Antonio Sánchez Cabaco¹

¹ Universidad Pontificia de Salamanca, España)

pprietofe@upsa.es

Introducción: Las terapias no farmacológicas (TNF) son actualmente el tratamiento de primera elección para prevenir o ralentizar el deterioro cognitivo en personas mayores, especialmente en etapas iniciales. Entre las más eficaces destacan las terapias cognitivas y de reminiscencia (Muñiz y Olazarán, 2009). Este estudio evalúa la eficacia de un programa de estimulación cognitiva en adultos mayores de 60 años, analizando si los talleres impactan positivamente en sus capacidades cognitivas. Método: Se diseñó un estudio pre-experimental con siete grupos y un diseño pre-post. Participaron 86 adultos mayores que completaron la intervención y las evaluaciones. Se aplicaron dos instrumentos: el Test Your Memory

(TYM) para medir el rendimiento mnésico y el Cuestionario de Quejas Cognitivas para evaluar la percepción subjetiva de las capacidades cognitivas. Resultados: Se utilizó la prueba de Wilcoxon para comparar las evaluaciones pre y post intervención. En el TYM, el valor p fue 0,026, indicando una mejora significativa en el rendimiento mnésico. En el Cuestionario de Quejas Cognitivas, el valor p fue 0,09, sugiriendo mejoras en la percepción subjetiva, aunque no significativas. El dominio memoria obtuvo un valor de 0,012. Conclusiones y discusión: Los resultados respaldan la eficacia de las TNF en población mayor, lo que puede contribuir a mejorar su calidad de vida.

5. Lived Experiences and Psychosexual Health Perspectives of members of the Roma and Traveler Communities

Daniela Resende¹ & Henrique Pereira¹

¹ Universidade da Beira Interior, Portugal

daniela.resende@ubi.pt

Abstract: This qualitative study explores the psychosexual perspectives and well-being of Roma and Traveler communities, focusing on lived experiences and the impact of stigma and cultural values. Through interviews with 20 Roma individuals aged 18-50 in Portugal, literature highlights persistent marginalization, health disparities, and the complex interplay of cultural conservatism and gender norms. Key findings include the stigmatization of sexuality and sex-related themes, as well as the challenges of intersecting minority identities. The study aims to raise awareness and advocate for policies promoting equality and inclusion for Roma individuals, contributing to a deeper understanding of psychosexual health within these communities. **Keywords** Roma, Traveler Communities, Psychosexual Health, Social norms/values, Stigma, Discrimination, Intersectionality, Social Implications

6. Mortalidade por Suicídio em Populações Indígenas: Desafios da Saúde Mental Inclusiva

Juliana Vianna Gonzalez Pazos¹, Janaína de Oliveira e Castro¹, Raylson Nóbrega², Nely Caires³, Sara Lima⁴ & Rosana Moysés^{4,5}

¹ Faculdade de Medicina, Universidade Federal do Amazonas, Brasil

² Distrito Sanitário Indígena, Amazonas, Brasil

³ UNIP, Manaus, Secretaria Municipal de Saúde de Manaus, Brasil.

⁴ Innovation in Health and Well-Being Research Unit, CESPU, Portugal.

⁵ Centro Universitário Serra dos Órgãos, Unifeso, Brasil

jvgpazos@gmail.com

Introdução: O Brasil abriga cerca de 300 povos indígenas, falantes de mais de 180 línguas, representando uma das maiores diversidades culturais e linguísticas do mundo. Apesar dessa riqueza, essas populações enfrentam vulnerabilidades históricas e sociais que afetam diretamente sua saúde mental, refletindo-se em altas taxas de suicídio em comparação à população geral. Este estudo teve como objetivo analisar o perfil da mortalidade por suicídio entre indígenas no Brasil. **Metodologia:** Trata-se de um estudo descritivo, ecológico e quantitativo, com base em dados públicos do Painel de Monitoramento de Mortalidade do Ministério da Saúde, abrangendo os 26 estados e o Distrito Federal no período de 2020 a 2024. **Resultados:** Foram registrados 758 óbitos por suicídio entre indígenas, sendo 75% do sexo masculino. As faixas etárias mais afetadas foram de 20 a 29 anos (37%) e 15 a 19 anos (27%). O estado do Amazonas concentrou 41% dos óbitos. **Discussão:** Esse cenário reflete fragilidades no acesso a cuidados em saúde mental e a necessidade de políticas públicas mais

inclusivas, culturalmente sensíveis, focadas na juventude indígena e com ações territorializadas. O enfrentamento desse problema requer estratégias que respeitem os saberes tradicionais e promovam o cuidado em saúde mental de forma inclusiva e contextualizada.

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 6

Moderador: Guilherme Madeira

1. Expressão da Agressividade em Adeptos de Futebol: Contextos de Visionamento e Claques

Diogo Pereira¹ & Ângela Fernandes¹

¹Faculdade de Ciências Humanas e Sociais - UFP, Portugal

Introdução: O presente estudo explora a expressão da agressividade em adeptos de futebol, analisando de que forma diferentes contextos de visionamento de jogos (em casa, em cafés/bares e nos estádios), bem como a pertença a claques organizadas, influenciam os comportamentos agressivos. **Método:** Trata-se de um estudo quantitativo, de natureza transversal e exploratória. A recolha de dados foi realizada online, através de um questionário *Google Forms*, utilizando amostragem por conveniência. Foram aplicados dois instrumentos: o Questionário de Agressividade de *Buss e Perry* e um questionário sociodemográfico. A amostra foi constituída por 203 participantes (M=37,95; DP=13,32), dos quais 121 do sexo masculino e 82 do sexo feminino. **Resultados:** Os resultados preliminares indicam que os participantes pertencentes a claques organizadas apresentam pontuações significativamente mais elevadas na escala de agressividade ($U=3485,5$; $p<.001$), em comparação com os restantes adeptos. Este achado sugere uma associação entre a pertença a claques e uma maior predisposição para comportamentos agressivos. **Discussão:** O estudo contribui para a compreensão dos fatores que influenciam a agressividade no contexto desportivo, fornecendo dados relevantes para a Psicologia Clínica e da Saúde, nomeadamente para o desenvolvimento de estratégias preventivas e de intervenção dirigidas a grupos de risco.

2. Scoping Review on Maladaptive Daydreaming: Preliminary findings on associated psychosocial factors

Shivani Atul Mansuklal¹, Patrícia M. Pascoal¹, Eli Somer², Ivanilda B. Costa² & Gerhard Andersson^{1,3}

¹ Lusófona University, HEI-Lab: Digital Human-Environment Interaction Labs, Lisbon, Portugal

² School of Social Work, University of Haifa, Haifa, Israel

³ Department of Behavioural Sciences and Learning, Linköping University, Linköping, Sweden

shivani.atul@ulusofona.pt

Maladaptive daydreaming (MD) is an understudied dysfunctional emotional regulation strategy causing significant life functioning impairment and psychological suffering. We reviewed empirical evidence with one sub-objective to identify MD psychosocial correlates. We retrieved 89 peer and non-peer reviewed empirical MD studies, published in English until March 2024, from MEDLINE, PsycINFO, Scopus, Web of Science, and relevant secondary sources. Of these, 57 quantitative and mixed-method studies within general

community, student and MD samples, and 13 within clinical populations measured MD correlates. Dissociative absorption was as a central predisposing trait for MD development. Studies focused on MD etiopathology encompassing adverse childhood experiences. Pathological personality traits, insecure attachment and coping styles were significant predictors of MD. Categorical shame and emotional dysregulation were significant mediators. Daydream functions reflected compensatory mechanisms; however, daydreaming frequency and violent/aggressive daydream content were associated with functional impairment and negative emotions, leading to psychopathological symptoms. Future research should address alternative etiopathologies englobing shared obsessive-compulsive mechanisms. Our study informs on the current scope of MD research and guides future endeavours in addressing relevant psychosocial determinants for robust development of diagnostic and clinical intervention guidelines for MD.

3. Dos ciclos viciosos: Pobreza e Saúde Mental

José Sargento¹, Sandra Oliveira²

¹ Escola Superior de Educação de Viseu, CI&DEI, Instituto Politécnico de Viseu, Portugal

² Agrupamento de Escolas de Sever do Vouga, Portugal

jsargento@esev.ipv.pt

Introdução: As pessoas expostas a situações de pobreza enfrentam fontes de stresse muito significativas, com impacto potencial na saúde mental e bem-estar. **Método:** Procedeu-se a uma pesquisa bibliográfica com as palavras-chave: “*poverty and mental health*”, a partir da qual se fez uma revisão da investigação, e se refletiu sobre os impactos da pobreza na dinâmica mental. **Resultados:** Os estudos dão conta de uma associação entre a pobreza e piores indicadores de saúde mental, numa espécie de ciclo vicioso, em que a pobreza deteriora a saúde mental que, uma vez comprometida, dificulta a saída da situação de pobreza. Os seus efeitos fazem sentir-se, nomeadamente, através do stresse muito significativo que acarreta, ou da dificuldade em aceder a cuidados de saúde mental, por exemplo. Os mecanismos de combate à pobreza, como as prestações sociais, parecem não apenas ter efeitos na diminuição da pobreza, contribuindo, também, para a melhoria (insuficiente) de alguns indicadores de saúde mental. **Discussão:** A pobreza parece ter efeitos diretos na deterioração da saúde mental, dificultando, paralelamente, o acesso a cuidados de saúde ou a vivências promotoras de bem-estar, como a cultura, a educação e o lazer. A pobreza estreita as expectativas de futuro e as oportunidades para sonhar, impulsionando ora a internalização da culpa, a que se associam o desânimo e a resignação; ora sentimentos de frustração e revolta.

4. Teatro Radiofónico em Contexto Prisional: Efeitos no Ajustamento Psicossocial de Reclusos(as)

Isabel S. Silva^{1,2}, Pedro Marques¹, Andreia Nisa^{1,3}, Óscar Silva⁴, Ana Gil⁴, Nuno Leão⁴ & Ana Bártole^{1,5}

¹ INSIGHT: Centro de Investigação Piaget para o Desenvolvimento Humano e Ecológico; Instituto Piaget - ISEIT de Viseu, Portugal

² Pós-Doutoramento em Psicologia Clínica e da Saúde, Departamento de Psicologia e Educação, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal

³ Associação Existências, Coimbra, Portugal

⁴ Terceira Pessoa – Associação, Castelo Branco, Portugal

A privação de liberdade interfere negativamente na saúde mental e no bem-estar dos(as) reclusos(as), ao limitar os vínculos familiares e sociais. A literatura evidencia que intervenções artísticas em contexto prisional podem impactar positivamente o ajustamento psicossocial. Contudo, em Portugal, a investigação nesta área é ainda limitada. Este estudo pretendeu explorar os efeitos do programa RadioATIVIDADE, baseado em teatro radiofónico, na promoção do autocontrolo, da autoeficácia e redução do distress de reclusos(as). A amostra foi composta por 56 participantes (F=27; M=29; Idade=43.9; DP=9.16), alocados a um GI (n=29) e a um GC (n=27), num desenho misto, com avaliações pré (T1) e pós-intervenção (T2). Foram utilizadas medidas de autorrelato: EBAC (autocontrolo), GSE (autoeficácia) e K10 (distress). Após a intervenção, realizou-se um focus group, cujos dados foram alvo de análise temática. O programa decorreu durante 10 meses, com sessões semanais de escrita criativa, expressão oral e prática radiofónica. Verificou-se um aumento significativo do autocontrolo no grupo de intervenção [F (1,54) = 4.77, p=.033, $\eta^2=0.08$]. Embora não tenham sido observadas diferenças estatisticamente significativas na autoeficácia e distress, os dados qualitativos sugeriram melhorias na gestão emocional, perceção de eficácia pessoal, e competências de comunicação oral. Este estudo sugere evidências preliminares dos benefícios do teatro radiofónico no ajustamento psicossocial de reclusos(as).

5. Processo de radicalização em curso – um olhar da psicologia sobre a ascensão dos extremismos

José Sargento¹ & Sandra Oliveira²

¹ Escola Superior de Educação de Viseu; CI&DEI, Instituto Politécnico de Viseu, Portugal

² Agrupamento de Escolas de Sever do Vouga

jsargento@esev.ipv.pt

Introdução: As narrativas da direita radical têm vindo a ganhar terreno. A par das variáveis socioeconómicas, o estudo dos processos mentais associados à radicalização pode ser muito importante para compreender, conter e prevenir a adesão aos extremismos. **Método:** Procedeu-se a uma revisão bibliográfica a partir de dois eixos: 1) centrado nas variáveis psicológicas implicadas no extremismo, com as palavras chave: “*radicalization and psychology*” e “*far right and psychology*”; 2) centrado na leitura psicodinâmica da radicalização, com as palavras chave: “*radicalization and psychoanalysis*” e “*far right and psychoanalysis*” **Resultados:** Os estudos sustentam que características psicológicas como a rigidez, a intolerância à incerteza, a necessidade de ordem, o ressentimento como resposta à dor mental e as fragilidades identitárias desempenham um papel relevante na adesão ao ideário da extrema-direita. A leitura psicodinâmica tende a enfatizar o papel da pulsão de morte; o ódio à diferença como forma de proteger o narcisismo primário; os mecanismos de identificação ao agressor e de clivagem, com projecção das qualidades más no objeto exterior massificado e desumanizado, como processos importantes na radicalização. **Discussão:** A compreensão do funcionamento mental associado à adesão às narrativas da extrema-direita pode constituir-se como um contributo muito importante de apoio ao desenvolvimento de estratégias de contenção e prevenção dos extremismos.

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 7

Moderadora: Daniela Sabino

1. Comunicação entre profissionais de saúde e doentes internados: associações com a ansiedade e depressão

Sofia Coutinho^{1,2}, Cláudia M. Silva^{2,3} & Manuel Loureiro^{2,4} & Vítor Costa²

¹Serviço de Psicologia Clínica, Hospital Sousa Martins, Unidade Local de Saúde da Guarda, E.P.E., Avenida Rainha Dona Amélia, 6300-858 Guarda, Portugal

² Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior, 6200-209 Covilhã, Portugal

³ Centro de Investigação em Educação e Psicologia (CIEP), Universidade de Évora, Portugal

⁴ Research Center in Sports Sciences, Health Sciences and Human Development (CIDESD), UBI, Portugal

sofia.neves.coutinho@ubi.pt

INTRODUÇÃO: A comunicação entre os profissionais de saúde e os doentes influencia a adaptação à doença, a resposta emocional e os resultados em saúde, podendo ser relevante em situação de internamento. Este estudo pretende analisar a relação entre a satisfação dos doentes internados com a comunicação dos profissionais de saúde e a manifestação de sintomas ansiosos e depressivos. **MÉTODO:** Foi seguida uma metodologia quantitativa. Participaram 137 doentes em internamento hospitalar, entre os 21 e os 90 anos ($M = 63,9$; $DP = 14,6$), maioritariamente do sexo masculino (51,1 %). Os participantes responderam ao questionário “Avaliação da Satisfação do Utente na Comunicação com os Profissionais de Saúde” e à versão portuguesa da *Hospital Anxiety and Depression Scale* (HADS). **RESULTADOS:** Evidenciam-se correlações negativas significativas entre os sintomas de depressão e a satisfação com a comunicação. Os sintomas de ansiedade apenas estabelecem correlação negativa significativa com a satisfação com a comunicação, na dimensão respeito. **DISCUSSÃO/ CONCLUSÃO:** A comunicação dos profissionais de saúde revelou associações com a resposta emocional dos doentes internados, sugerindo que quanto menor for a satisfação dos doentes com a comunicação dos profissionais de saúde, maior a manifestação de sintomas depressivos. Estes resultados podem contribuir para melhorar a assistência aos doentes, e os resultados em saúde e alertando-nos para a importância da comunicação nos contextos de saúde.

2. Medo de Recorrência do Cancro em Sobreviventes: Revisão Narrativa de Intervenções Psicoeducativas

Ana Rita Fialho¹ & Ana Torres^{1,2}

¹ Departamento de Psicologia e Educação, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal

²RISE-Health, Departamento de Ciências Médicas, Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal

rita.fialho@ubi.pt

Os avanços tecnológicos nas medidas de prevenção, diagnóstico e tratamento têm proporcionado, nos últimos anos, uma diminuição na mortalidade por doença oncológica. Face ao progresso, os sobreviventes de cancro têm aumentado, apresentando consequentemente características e necessidades interventivas específicas. Como tal, é proposta uma revisão narrativa que objetiva analisar o efeito das intervenções psicoeducativas numa problemática substancial em sobreviventes oncológicos, - o medo de recorrência do cancro.

Para a seleção dos artigos, foram estabelecidos critérios de elegibilidade, tendo em conta a definição pelo método PICOS e os seguintes critérios: estudos empíricos quantitativos, publicados nas bases de dados *Pubmed*, *Scopus* ou *Web of Science*, desde 2015. Os resultados obtidos neste estudo evidenciam que as intervenções psicoeducativas apresentam efeitos positivos no medo de recorrência do cancro, ainda que não sejam significativos. Ainda assim, considerando os resultados, acreditamos que a psicoeducação poderá demonstrar-se promissora quando, por exemplo, inserida numa abordagem interventiva multidisciplinar, dada as implicações que o medo de recorrência do cancro tem na qualidade de vida geral dos sobreviventes. Face ao exposto, incentivamos futuras investigações a explorarem esta temática e possíveis intervenções combinadas, dada as implicações clínicas nos sobreviventes de cancro.

3. Medo de recorrência do cancro em adolescentes e jovens adultos: Validação de modelo

Maria Carolina Neves^{1,2}, Judith B. Prins³, José Custers³, Filipa Nunes^{1,2}, Sara Monteiro^{4,5,6} & Célia Sales^{1,2}

¹ Faculty of Psychology and Education Sciences, University of Porto, Rua Alfredo Allen, 4200-135 Porto, Portugal

² Center for Psychology at the University of Porto, University of Porto, Rua Alfredo Allen, 4200-135 Porto, Portugal; mariacneves11@gmail.com (M.C.N.)

³ Department of Medical Psychology, Radboud University Medical Centre, Geert Grooteplein Zuid 10, 6500 HB Nijmegen, The Netherlands

⁴ CINTESIS@RISE, Department of Education and Psychology, University of Aveiro, Campus Universitário de Santiago, 3810-193 Aveiro, Portugal

⁵ Department of Social Sciences and Management, Open University, Rua da Escola Politécnica, n.o 147, 1269-001 Lisboa, Portugal

⁶ Center for Global Studies, Open University, Rua da Escola Politécnica, n.o 147, 1269-001 Lisboa, Portugal

mariacneves11@gmail.com

A literatura indica que o medo de recorrência do cancro (MRC) é elevado em adolescentes e jovens adultos (AJAs) e pode impactar negativamente a sua vida. Contudo, nenhum modelo foi empiricamente testado em AJAs. Assim, este estudo pretende validar um modelo teórico do MRC em AJAs baseados nos modelos de Lee-Jones e Lebel. A amostra inclui 100 AJAs diagnosticados entre os 15 e 25 anos. Foi administrado um questionário sociodemográfico e clínico e as seguintes escalas: *Quality of Life Questionnaire Core-30*, *Fear of Cancer Recurrence 7*, *Emotion Regulation Questionnaire*, 15-item Systematic Clinical Outcome and Routine Evaluation scale, Satisfaction with Social Support Scale, *Hospital Anxiety and Depression Scale*. Análises de caminho foram utilizadas para testar o modelo. Foi obtido um excelente ajuste do modelo: $\chi^2(27) = 28.09$, $p = 0.41$; CFI = 0.995; TLI = .99; RMSEA = 0.02; SRMR = 0.08. Caminhos significativos foram identificados do MRC para a depressão e qualidade de vida. A satisfação com o suporte dos amigos moderou a relação entre MRC e depressão. Para além disso, sintomas depressivos e qualidade de vida foram ainda relacionados com supressão emocional e com suporte dos amigos e da família. Os resultados indicam que estar satisfeito com o suporte social prestado pelos amigos pode ser um fator protetor para AJAs com elevado MRC, enquanto o suporte da família parece não ter este efeito. Mais investigação é necessária para se compreender melhor potenciais gatilhos do MRC em AJAs.

4. Dr. Google and Cyberchondria in a portuguese sample

Filipa Pancada-Fonseca¹, João Marôco² & Filipa Pimenta¹

¹ ISPA - Instituto Universitário, Portugal

² Universidade Lusófona, Portugal

ffonseca@ispa.pt

Introduction: The internet and social media have brought new challenges to health, such as increased self-diagnosis and misinformation. Cyberchondria, defined as excessive online health information seeking, is associated with increased anxiety. This exploratory study examined this phenomenon among Portuguese youth. **Method:** Three focus groups were conducted (n = 11; aged 18–25), analyzed through directed content analysis. The quantitative study involved 694 participants (aged 18–30; M = 23.43; SD = 2.74), 81.4% female, who completed an online survey including the Short Cyberchondria Scale (SCS). **Results:** 90.5% of participants use the internet to search for health information; 12.2% feel scared by the information found, 18.3% feel confused, and 10.6% struggle to stop searching. Female participants showed higher levels of cyberchondria than males (M = 2.30 vs. 2.10; p = .016). A positive correlation was found between the number of sources used and cyberchondria levels (r = .16; p < .001), suggesting an association between source variety and symptom severity. **Discussion**

Using a greater variety of sources is linked to higher cyberchondria. These findings highlight the need to promote digital health literacy and early intervention among youth, fostering critical evaluation skills. Cyberchondria emerges as a modern form of health anxiety with relevant clinical implications.

5. Predictors of Quality of Life Among Hospitalized COVID-19 Patients

Margarida Vilaça¹, Martim Santos¹, Fernanda Leite² & M. G. Pereira¹

¹ Centro de Investigação em Psicologia (CIPsi), Escola de Psicologia, Universidade do Minho, Portugal.

² i3S – Instituto de Investigação e Inovação em Saúde, Porto, Portugal; Unidade de Trombose e Hemostase, Departamento de Medicina Transfusional; Hospital Universitário de Santo António, Porto, Portugal.

margaridavilaca@psi.uminho.pt

Hospitalization due to COVID-19 has been associated with reduced physical and mental quality of life (QoL), often linked to higher levels of stress, rumination, depression, and anxiety. Furthermore, the hyperinflammatory response to SARS-CoV-2 and dysregulation of the dopaminergic system, with consequent impact on immunity, may contribute to reduced QoL. This study examined the predictors of QoL, specifically the contribution of sociodemographic, psychological, inflammatory, and dopaminergic pathway (DP) factors, in patients hospitalized due to COVID-19. The sample included 273 patients assessed for post-traumatic stress, rumination, post-traumatic growth, psychological morbidity, loneliness, life satisfaction, inflammatory markers [C-reactive protein, neutrophil-to-lymphocyte ratio (NLR), ferritin, and fibrinogen], and DP (DRD1–DRD5). Pearson correlation coefficients and hierarchical regressions were calculated to analyze the relationship among variables. According to the final model, being older, with higher NLR levels, and greater psychological morbidity were associated with poorer physical QoL, explaining 39.6% of the variance. Lower psychological morbidity and higher life satisfaction were associated with better mental QoL, accounting for 57.8% of the variance. Psychological intervention programs addressing COVID-19 survivors' QoL should prioritize older patients

with higher systemic inflammatory burden, greater psychological morbidity, and lower life satisfaction.

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 8

Moderadora: Inês Batista

1. Perspetivas de saúde psicosssexual de pessoas com doença mental grave e/ou crónica

Marta Rosário dos Santos¹ & Henrique Pereira¹

¹Universidade da Beira Interior, Portugal

martarsantospsi@gmail.com

A sexualidade é uma parte integrante da identidade e do bem-estar do ser humano, ainda assim as pessoas com doenças mentais graves e/ou crónicas (PLSMI) enfrentam frequentemente barreiras significativas à expressão da sua psicosssexualidade. Este estudo tem por objetivo explorar as experiências vividas e as perspetivas psicosssexuais das pessoas com doença mental grave e/ou crónica, centrando-se no papel do contexto social, do estigma e da discriminação na formação da sua expressão sexual. Foi realizado um estudo qualitativo transversal com 28 participantes, utilizando a análise temática para identificar temas-chave. Os resultados destacam o impacto das normas sociais, do apoio social limitado e do estigma internalizado no bem-estar psicosssexual. Enquanto as interações sociais negativas reforçaram o isolamento e o auto-estigma, as redes de apoio inclusivas surgiram como fatores de proteção que promoveram a auto-aceitação e a resiliência. Os resultados salientam a necessidade de práticas de cuidados de saúde mental mais inclusivas e de políticas sociais que reconheçam e apoiem os direitos psicosssexuais das pessoas com doença mental. Este estudo contribui para uma compreensão mais alargada da intersecção entre saúde mental e sexualidade e defende intervenções holísticas que promovam o bem-estar geral desta população.

2. Lived Experiences and Psychosexual Health Perspectives of Members and Former Members of Fundamentalistic Religions and Congregations: A Qualitative Study

Ana Catarina dos Santos¹ & Henrique Pereira¹

¹Universidade da Beira Interior, Portugal

santos.anacatarina2002@gmail.com

According to several studies, religiousness is frequently linked to strong conservative and fundamentalist values, especially regarding topics such as gender roles, sexual minorities and sexuality itself. The aim of this research was to explore the psychosexual perceptions and experiences of members and former members of conservative religious congregations, in order to understand their implications for their mental and psychosexual health. To this end, a qualitative study was carried out based on a sample of 27 people from various religions and sexualities, between the ages of 18 and 78. The participants answered an electronic interview, mainly disseminated through social networks. The majority of the respondents were Portuguese or were currently living in the country, something that has led to increased insight into a phenomenon that has not been yet addressed in depth in these circumstances. The data was subjected to a thematic analysis which identified seven recurrent themes: social context, expression of sexuality, minorities, expression of sexuality by minorities, mental

health, prejudice and discrimination and need for improvement. The religious environment was described by many individuals as a source of conservatism, sexism, discrimination, heteronormativity and lgbtphobia, responsible for the invisibility and concealment of sexual expression/identity of sexual minorities, and the prevalence of mental health problems in members of this group. The qualitative nature of this investigation made it possible to describe people's own experiences and the consequences of religious conservatism in people's sexual expressions, views around sexuality, and mental health.

3. Clima LGBT e burnout: o papel mediador da qualidade de vida no trabalho

Marco Minhós¹, Vítor Costa¹, Samuel Monteiro^{1,2}

¹Universidade da Beira Interior, Portugal

²NECE - Research Centre for Business Sciences, Portugal

marcominhos@gmail.com

Introdução: O estudo investiga a relação entre o clima organizacional face a pessoas LGBT, a qualidade de vida no trabalho (QdVT) e o burnout em trabalhadores portugueses e brasileiros. Partindo da literatura, que associa um ambiente inclusivo a melhores indicadores de bem-estar e satisfação no trabalho, examina-se o papel mediador da QdVT entre o clima e o burnout. São testadas as diferenças nas variáveis em função da orientação sexual dos participantes. **Método:** O estudo é transversal, com recolha de dados através de um questionário online numa amostra de conveniência. Participaram 256 trabalhadores, com uma idade média de 38.9 anos (DP = 11.3), dos quais 147 (57.4%) se identificaram como heterossexuais e 109 (42.6%) como não-heterossexuais. Foram utilizadas as seguintes medidas: Burnout Assessment Tool (BAT), Escala da Qualidade de Vida Relacionada com o Trabalho (WRQoLS) e o LGBT *Climate Inventory* (LGBT CI). O modelo de mediação foi testado através da macro PROCESS para SPSS. **Resultados:** Os participantes LGBT apresentaram níveis mais elevados de burnout e uma perceção mais negativa da sua QdVT. O clima organizacional inclusivo foi um preditor estatisticamente significativo na redução do burnout e promoção da QdVT. A QdVT mediou a relação entre clima e burnout. **Discussão:** O estudo reforça a importância de um ambiente inclusivo para melhorar a QdVT e reduzir o burnout. Sugere-se a implementação de políticas organizacionais que promovam diversidade e bem-estar no trabalho.

4. Depressão e homonegatividade em homens gays brasileiros com e sem HIV

Iara Teixeira^{1,3}, Felipe Alckmin-Carvalho^{2,3}, Guilherme Welter Wendt⁴, António Oliveira^{3,5}, & Henrique Pereira^{3,5,6}

¹Psychology Research Center, School of Psychology, University of Minho, Braga, Portugal

²School of Nursing, University of São Paulo, São Paulo 01239-020, Brazil

³Department of Psychology and Education, Faculty of Social and Human Sciences, University of Beira Interior, Pólo IV, 6200-209 Covilhã, Portugal

⁴Health Sciences Center, Department of Medicine and Postgraduate Program in Applied Health Sciences State University of Western Paraná (UNIOESTE), Francisco Beltrão (PR), Brazil.

⁵Research Center in Sports Sciences, Health Sciences and Human Development (CIDESD), 5001-801 Vila Real, Portugal

⁶RISE-Health, Department of Psychology and Education, Faculty of Social and Human Sciences, University of Beira Interior, Pólo IV, 6200-209 Covilhã, Portugal

iarateixeiraint@gmail.com

Este estudo investigou a relação entre sintomas depressivos, homonegatividade e status sorológico para HIV em homens gays brasileiros. Fundamentado na teoria do estresse de minoria, examinou-se a hipótese de que a homonegatividade media a relação entre HIV e depressão. A pesquisa foi quantitativa, transversal, com 410 participantes (217 vivendo com HIV). Os instrumentos utilizados foram o Inventário de Depressão de Beck-II, a Escala de Homofobia Internalizada e um questionário sociodemográfico. Os resultados indicaram alta prevalência de sintomas depressivos em ambos os grupos (52,2% com HIV; 62,6% sem HIV). Indivíduos sem HIV apresentaram níveis significativamente mais altos de homonegatividade e depressão. A análise de mediação revelou um efeito indireto do status sorológico na depressão via homonegatividade internalizada. Acredita-se que o maior acesso a serviços de saúde mental entre pessoas vivendo com HIV pode explicar parte dos resultados. Conclui-se que a homonegatividade internalizada é um fator de risco relevante para o sofrimento psíquico, independentemente do status sorológico. Este estudo reforça a importância de políticas públicas de combate ao estigma e promoção da saúde mental de homens gays, especialmente aquelas que abordam os efeitos da homonegatividade.

5. Homonegatividade percebida e sofrimento psicológico de homens gays no Brasil: a cor da pele importa?

Renata Della Torre¹, Felipe Alckmin-Carvalho^{1,2}, Iara Teixeira^{1,3}, Jóni Ledo^{1,4}, António Oliveira^{1,4} & Henrique Pereira^{1,4,5}

¹ Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior, Portugal

² Escola de Enfermagem, Universidade de São Paulo, Brasil

³ Escola de Psicologia, Universidade do Minho, Portugal

⁴ Centro de Investigação em Ciências do Desporto, Ciências da Saúde e Desenvolvimento Humano, Portugal;

⁵ RISE-Saúde, Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior, Portugal.

rrd.torre@gmail.com

A homonegatividade está associada a vários resultados adversos de saúde física e mental em homens homossexuais. No entanto, a intersecção entre homonegatividade e racismo continua pouco estudada no Brasil. O objetivo deste estudo foi avaliar, numa amostra de homens gays brasileiros cisgênero, as associações entre a cor da pele, a homonegatividade, o sofrimento psicológico e as variáveis socioeconómicas. Foram avaliados 229 homens gays brasileiros através do preenchimento da Escala de Homofobia Internalizada, o Inventário de Depressão de Beck-II e o Inventário de Ansiedade Traço-Estado. Foram encontrados níveis elevados de homonegatividade, sintomas de depressão e ansiedade traço e estado, principalmente entre indivíduos jovens e com baixos rendimentos. Os participantes negros/pardos demonstraram níveis mais elevados de ansiedade-traço e estado, mas não de depressão ou homonegatividade. A cor da pele negra/parda foi um preditor de ansiedade de traço e de estado, mas não de homonegatividade ou depressão. Os elevados níveis de sofrimento psicológico e de homonegatividade encontrados na amostra indicam a importância do desenvolvimento de intervenções preventivas, psicoeducativas e terapêuticas para os homens gays brasileiros, independentemente da cor da pele.

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 9

Moderador: Hugo Vicente

1. Bem-Estar Psicossocial e Empoderamento em Mulheres vítimas de Violência de Género: Uma Revisão Sistemática

Madalena Cruz^{1,2} & Henrique Pereira^{1,2}

¹ Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior, Portugal

² Centro de Investigação em Ciências do Desporto, Ciências da Saúde e Desenvolvimento Humano, Portugal

madalena.cruz@ubi.pt

A violência de género (VG) é um problema global com impactos significativos no bem-estar psicossocial das vítimas, exigindo intervenções eficazes para mitigar os seus efeitos. Esta revisão sistemática da literatura (RSL) teve como objetivo avaliar a eficácia das intervenções destinadas a promover o bem-estar psicossocial e/ou o empoderamento (PWE) de mulheres vítimas de VG. A revisão seguiu as diretrizes PRISMA 2020 e analisou estudos publicados entre 2018 e 2024 nas bases de dados *Scopus* e *Web of Science*. Foram incluídos 13 estudos experimentais e quase-experimentais, com um total de 1.813 participantes. As intervenções incluíram aconselhamento, educação em saúde, mindfulness e relaxamento, abordagens expressivas e integrativas. Os resultados indicam melhorias significativas no bem-estar das participantes, com redução de sintomas depressivos, ansiedade, stress e PTSD, e o aumento na autoestima, autoeficácia, resiliência e qualidade de vida. As intervenções mais eficazes foram as baseadas em mindfulness e relaxamento, aconselhamento e estratégias expressivas, sugerindo que abordagens multidimensionais contribuem para a recuperação das vítimas. Apesar das limitações metodológicas identificadas, como amostras reduzidas e falta de diversidade geográfica, os achados reforçam a necessidade de implementar intervenções baseadas em evidência. Este estudo oferece suporte à formulação de políticas e estratégias terapêuticas mais eficazes para mulheres afetadas pela VG.

2. Determinantes Psicossociais da Saúde Ocupacional: Perspetiva de Género e da Diversidade Sexual

Iara Teixeira^{1,2}, António Oliveira^{1,3}, Felipe Alckmin-Carvalho¹ & Henrique Pereira^{1,3,4}

¹ Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior, Pólo IV, 6200-209 Covilhã, Portugal

² Campus de Gualtar, Universidade do Minho, 4710-057 Braga, Portugal

³ Centro de Investigação em Ciências do Desporto, Ciências da Saúde e Desenvolvimento Humano (CIDESD), 5001-801 Vila Real, Portugal

⁴ RISE-Health, Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior, Pólo IV, 6200-209 Covilhã, Portugal

iara.teixeira@ubi.pt

Compreender os fatores psicossociais associados ao contexto laboral de populações específicas é fundamental para o desenvolvimento de estratégias promotoras de ambientes de trabalho mais equitativos. Este estudo quantitativo teve como objetivos: (1) analisar diferenças na perceção de fatores psicossociais do trabalho entre homens e mulheres, e entre pessoas heterossexuais e LGBTQIA+ em Portugal; (2) avaliar se o género e a orientação sexual se associam a maior exposição a riscos psicossociais; e (3) explorar a frequência de absentismo e os seus preditores com base nestas variáveis. Participaram 577 pessoas

residentes e empregadas em Portugal (idade média = 41,62 anos; DP = 11,41). Recorreu-se à versão intermédia do *Copenhagen Psychosocial Questionnaire* (COPSOQ III), que avalia dimensões como exigências cognitivas e emocionais, apoio social, conflito trabalho-família, influência no trabalho, *stress* e *burnout*. Os resultados indicaram que participantes LGBTQIA+ e mulheres apresentaram pontuações menos favoráveis em várias dimensões psicossociais, particularmente nas exigências laborais e saúde e bem-estar. Identificaram-se efeitos estatisticamente significativos, embora de magnitude reduzida, do género e da orientação sexual. A frequência de absentismo foi mais elevada entre as mulheres. Estes resultados apontam para desigualdades na experiência psicossocial do trabalho associadas ao género e à diversidade sexual, destacando a importância de políticas laborais mais inclusivas.

3. A Violência Sexual Infantil em Populações Indígenas no Brasil

Vândia Cláudia Costa da Silva^{1,2}, Natália Ramos^{3,4} & Ieda Franken^{4,5}

¹NPVTI

²TO

³Universidade Aberta

⁴CEMRI

⁵UFPB

vandiaclaudia@gmail.com

Em 2022 foi criado e implantado o Núcleo de Prevenção às Violências em Territórios Indígenas – NPVTI, que visa criar estratégias de prevenção contra as violências. Esta proposta relata a intervenção técnica em psicoeducação desenvolvida pela psicóloga e coordenadora do NPVTI, e participantes de outras instituições pertencentes à rede de proteção aos direitos indígenas. Trata-se de uma ação qualitativa fundamentada teórica e metodologicamente na Psicologia Clínica e da Saúde, especificamente, na Promoção da Saúde Mental. Utilizou-se a como instrumento metodológico o trabalho em grupo, em encontros presenciais quinzenais, com duração de 90 minutos cada, com 10 participantes indígenas, durante três meses. Nos quais trabalhou-se sobre os impactos psicoemocionais, o sofrimento psíquico e o adoecimento mental decorrente das violências sexuais. Observou-se que a violência sexual anteriormente escondida, passa a ser revelada e denunciada. E, o profissional de saúde mental torna-se referência para orientações e encaminhamentos. Neste processo são revelados os abusadores sexuais (indígenas e não indígenas) de crianças e adolescentes, provocando indignação em outros indígenas que se tornam vigilantes aos sinais, suspeitas e efetivação de denúncia de casos de abusos sexuais. Conclui-se que o trabalho em grupo visando a promoção da saúde mental foi efetivo nesta ação.

4. Impactos Psicológicos e Interculturais nas Percepções sobre a Mulher e Violência Doméstica

Vândia Cláudia Costa da Silva^{1,2}, Natália Ramos^{3,4} & Ieda Franken^{4,5}

¹NPVTI

²TO

³Universidade Aberta

⁴CEMRI/PT

⁵UFPB/BR

vandiaclaudia@gmail.com

Este trabalho tem por objetivo identificar os impactos das ações psicoeducativas - palestras e oficinas - sobre a violência doméstica contra as mulheres indígenas. Estas ações foram realizadas mensalmente durante dois anos em 42 aldeias e participaram 400 mulheres indígenas. A metodologia utilizada foi a observação direta e indireta isto é: direta quando após as ações psicoeducativas as mulheres indígenas verbalizavam as violências sofridas; e indireta através de fichas de notificação de violência do Ministério da Saúde/BR. Estas ações evidenciaram que culturalmente não havia o sentimento de posse da mulher, tendo elas liberdade sexual nas relações com outros que não fosse a sua parceria. Porém o modo de vida não indígena impactou e continua impactando o pensar e o viver do indígena, visto que este sentimento de posse e controle dos corpos não existia culturalmente na população indígena, sendo copiado da cultura do patriarcado não indígena o que vem provocando um aumento gradativo de casos de violência doméstica, sofrimento e adoecimento mental nas mulheres e seus filhos. Após as ações, algumas mulheres conseguiram posicionar-se contra os vários tipos de violências que vinham vivenciando dentro e fora das aldeias por suas parcerias ao verbalizar e realizar a denúncia com pedido de medida protetiva. Concluiu-se que a psicoeducação na população indígena evidenciou-se pertinente com resultados profícuos.

5. Perfil das vítimas de violência no Namoro numa amostra de jovens adultos

Iara Baptista¹ & Ângela Fernandes¹

¹Faculdade de Ciências Sociais e Humanas - UFP, Portugal

2023102762@ufp.edu.pt

Introdução: A violência no namoro permanece como um fenómeno relevante entre jovens adultos, sendo frequentemente sustentada por crenças que legitimam comportamentos agressivos. Este estudo teve como objetivo analisar a relação entre crenças legitimadoras da violência conjugal e os comportamentos de vitimização, perpetração e bidirecionalidade, considerando o género e variáveis sociodemográficas. **Método:** Estudo quantitativo, transversal e exploratório. A amostra incluiu 351 participantes (M=24,05 anos; DP=4,61), maioritariamente do sexo feminino. Foram aplicadas a Escala de Crenças sobre a Violência Conjugal e a Escala de Táticas de Conflito Revisada. A análise estatística recorreu a testes não paramétricos, mediante verificação da ausência de normalidade. **Resultados:** Participantes do sexo masculino apresentaram maior adesão a crenças legitimadoras da violência e maior frequência de comportamentos de vitimização e de perpetração. A negociação foi a tática mais reportada, seguindo-se a agressão psicológica. Verificaram-se associações estatisticamente significativas entre as crenças e os comportamentos abusivos. **Discussão:** Os dados evidenciam a influência das crenças na legitimação da violência e reforçam a importância da prevenção junto de jovens adultos. O estudo contribui para a Psicologia Clínica e da Saúde ao identificar fatores relacionais de risco com impacto na saúde mental e nas dinâmicas das relações íntimas.

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 10

Moderador: Guilherme Madeira

1. Suporte Social, Ansiedade e Satisfação com a Vida em Guardas Prisionais Portugueses

Bibiana Monteiro¹, Vítor Costa¹ & Samuel Monteiro^{1,2}

¹ Universidade da Beira Interior

² NECE - Research Centre for Business Sciences

bibiana-monteiro@hotmail.com

O trabalho em contexto prisional apresenta riscos para a saúde mental e física dos guardas, em virtude da perigosidade e complexidade intrínsecas à função. Reconhecendo o seu papel crucial, a presente investigação debruça-se sobre os fatores que impactam o seu bem-estar, examinando a ansiedade como mediadora da relação entre o suporte social e a satisfação com a vida. O estudo realizado é transversal e correlacional. Foram recolhidos dados através de um questionário online junto de 100 guardas prisionais portugueses, com idade média de 45 anos (DP = 8.0), maioritariamente homens (n = 77), com ensino secundário (n = 58) a trabalhar em prisões de adultos masculinos (n = 73). Para a recolha de dados foi utilizado um questionário sociodemográfico, a Escala Multidimensional de Suporte Social Percebido, a escala de avaliação da Perturbação da Ansiedade Generalizada (GAD-7) e a Escala de Satisfação com a Vida. Verificou-se uma associação positiva significativa entre o suporte social e a satisfação com a vida, e ainda uma ligação negativa significativa entre o suporte social e a ansiedade. A ansiedade generalizada correlaciona-se negativamente com a satisfação com a vida. Adicionalmente, a ansiedade desempenhou um papel mediador na relação entre suporte social e satisfação com a vida. Considerando os resultados obtidos, apresentam-se implicações relevantes para a investigação e a prática da psicologia em contextos ocupacionais desafiadores.

2. Explorative Study of Workplace Incivility Incidence Across Multiple Sectors

Cătălina Ceban-Muzicantu¹

¹Moldova State University, Republic of Moldova

catalina.ceban.muzicantu@usm.md

Introduction: In the last 25 years we have seen a significant boom in the study of workplace incivility - a phenomenon with behavioral and attitudinal manifestations. Throughout multiple studies, the definitions of incivility have retained 3 specific elements: the ambiguity of intention, low-intensity and a violation of social norms. Method: The study involved 32 participants from 13 different sectors, including public, private and non-profit. Data collection utilized the Workplace Incivility Scale and Workplace Relational Civility "mirror" (Cortina et al.). The tools captured the perception of incivility. Results: The initial findings suggest that, on average, the reported levels of workplace incivility fall in the medium range of perception. Discussion: These initial findings raise important considerations for occupational and health psychology, as the presence of moderate levels of incivility, suggest potential implications for employee mental health, job satisfaction and organizational culture. Future research may build on the insights to develop sector-specific interventions.

3. Medo da COVID-19, Sofrimento Psicológico e Gravidade da Insónia em Pacientes Psiquiátricos Brasileiros

António Oliveira^{1,2}, Felipe Alckmin-Carvalho^{1,3}, Suzilene Lapietra⁴, Helder Lira³, Henrique Pereira^{1,2} & Renatha El Rafihi-Ferreira^{3,5}

¹ Department of Psychology and Education, Faculty of Social and Human Sciences, University of Beira Interior, Building IV, 6200-209 Covilhã, Portugal

² Research Center in Sports Sciences, Health Sciences and Human Development (CIDESD), 5001-801 Vila Real, Portugal

³ Institute of Psychiatry, Faculty of Medicine, University of São Paulo, São Paulo 05403-903, Brazil

⁴ Faculty of the Americas, Medical School, São Paulo 01304-001, Brazil

⁵ Department of Clinical Psychology, University of São Paulo, São Paulo 05508-030, Brazil antonio.oliveira@ubi.pt

Embora a fase aguda da pandemia de COVID-19 tenha passado, os seus efeitos psicológicos persistem, especialmente em populações vulneráveis. Pacientes psiquiátricos podem apresentar respostas exacerbadas ao stress relacionado com a pandemia, com efeitos a longo prazo no sono, ansiedade e regulação do humor. Este estudo visa investigar: (1) a prevalência de medo relacionado com a COVID-19, sofrimento psicológico (depressão e ansiedade) e gravidade da insónia em pacientes psiquiátricos diagnosticados com distúrbio de insónia; (2) diferenças de género nestas variáveis; e (3) associações entre fatores psicológicos, características sociodemográficas e medo da COVID-19. Participaram 353 indivíduos em tratamento num hospital psiquiátrico público brasileiro, diagnosticados com distúrbio de insónia segundo o DSM-5. Foram utilizados instrumentos padronizados de autorrelato via plataforma REDCap (março–julho de 2021), incluindo a Escala de Ansiedade e Depressão Hospitalar (HADS), Índice de Gravidade da Insónia (ISI), Escala de Medo da COVID-19 (FCV-19S) e um questionário sociodemográfico. As análises estatísticas incluíram testes t para amostras independentes, correlações de *Pearson* e modelos de regressão linear. Os resultados mostraram níveis moderados de medo, depressão, ansiedade e insónia. As mulheres relataram níveis significativamente mais elevados de medo da COVID-19. O medo da COVID-19 correlacionou-se positivamente com ansiedade, depressão e gravidade da insónia. A ansiedade previu significativamente tanto a gravidade da insónia quanto o medo da COVID-19. Ser do sexo masculino e praticar atividade física associaram-se a níveis mais baixos de medo. Os achados destacam a relevância de monitorizar os efeitos residuais da pandemia em populações psiquiátricas e sugerem que promover a atividade física pode mitigar o sofrimento psicológico. Os resultados podem informar intervenções psicológicas direcionadas e reforçar a necessidade de estratégias sensíveis ao género e promotoras de saúde nos serviços de saúde mental.

4. Quantitative measures to assess masculinity in prisons: preliminary findings from a systematic literature review.

Vítor Costa¹, Ângela Fernandes², Emilie Gossye³ & Matthew Maycock⁴

¹ Department of Psychology and Education, University of Beira Interior, Portugal

² Faculty of Humanities and Social Sciences, University Fernando Pessoa, Portugal

³ Vrije Universiteit Brussel, Belgium

⁴ Faculty of Arts, School of Social Sciences, Monash University, Australia vitormvc@ubi.pt

Introduction: The reproduction of a hypermasculinity culture thrives in prisons, where inmates are compelled to exhibit attitudes and behaviors that contradict their own self-

perceptions, leading to cognitive dissonance. The purpose of the current study is to identify and describe the quantitative measures used in prison research to assess masculinity and masculinity-related dimensions. Method: A systematic literature review was conducted, with 1271 records identified (892 after removing duplicates) in five databases (SCOPUS; Web of Science; Proquest, Pubmed; and Wiley Online Library), and 139 documents meeting the initial eligibility criteria. A total of 13 quantitative empirical articles with a focus on masculinity in prisons were identified. Data were analyzed using the qualitative data analysis software Taguette. Results: Eight distinct measures of masculinity were identified. The most frequently used measures were the Conformity to Masculine Norms Inventory (CMNI), the Gender Role Conflict Scale (GRCS), and the Masculine-Feminine (MF) subscale from the Minnesota Multiphasic Personality Inventory (MMPI), which were used in three studies each, followed by the Bem Sex Role Inventory (BSRI) (used in two studies). Discussion: While most studies on masculinity in prison use qualitative methods, this study was able to identify valid and reliable quantitative measures of masculinity in prisons. However, no measure seems to stand out.

5. Perceções de Saúde em Contextos Sociais Vulneráveis: Evidências em empreendimentos sociais

Paula Melo^{1,2}, Sara Lima¹, Silvia Coelho^{1,2}, Rosana Moysés^{1,3}

¹ Innovation in Health and Well-Being Research Unit, IPSN- CESPU, Portugal

² CESPU Home Care, Rua Central de Gandra, Paredes, Portugal

³ Centro Universitário Serra dos Órgãos, Unifeso, Brasil

paulaapct@gmail.com

Introdução: O acesso aos cuidados de saúde física e mental é um desafio das políticas públicas sobretudo em populações de vulnerabilidade social, pela baixa literacia em saúde e o estigma da saúde mental, resultando na dificuldade em reconhecer determinantes em saúde e fatores de risco para a saúde. Este estudo tem como objetivo a autoavaliação de saúde de pessoas vulneráveis e intervir nas áreas da saúde incluindo o apoio psicológico. **Metodologia** Estudo transversal, descritivo, ecológico e quantitativo, realizado em residentes nos empreendimentos sociais do concelho de Valongo, que responderam a um inquérito de saúde e participaram em sessões de literacia em saúde multidisciplinares. **Resultados:** Participaram 666 pessoas, maioria mulheres com idades entre 60 e 71 anos. A maioria relatou autoavaliação positiva de saúde, mas baixa adesão aos comportamentos de saúde e necessidade de acompanhamento psicológico. **Discussão:** Apesar dos participantes relatarem uma autoavaliação positiva de saúde, há variações significativas entre os empreendimentos sociais resultantes de fatores contextuais como infraestrutura, apoio social e acesso a serviços de saúde e de psicologia. A autoavaliação reflete também realidades psicossociais do território vivido. Este estudo permitiu delinear uma intervenção multidisciplinar nestes empreendimentos que se refletiu na saúde e bem-estar desta população.

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 11

Moderadora: Filipa de Moura

1. Os fatores dietéticos e de estilo de vida estão associados à gravidade dos sintomas da menopausa?

Rita Albergaria¹, Maria Teresa Albergaria², Maria José Bicudo³, Ana Rita Nunes⁴, Isabel Leal⁴ & Filipa Pimenta⁴

¹ Faculdade de Ciências da Saúde – Universidade Europeia, Lisboa, Portugal

² Unidade de Saúde da Ilha de São Miguel, Ponta Delgada, Portugal.

³ Universidade dos Açores, Portugal

⁴ WJCR – William James Center for Research, ISPA-Ispa- Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

maria.a.silva@universidadeeuropeia.pt

Introdução: Diversas opções farmacológicas e não farmacológicas são utilizadas para a gestão de sintomas da menopausa (SM), como a terapia hormonal (TH), a medicina complementar e alternativa (MCA) e alterações de hábitos de estilo de vida. Importa compreender se: problemas de saúde, o tipo e a fase de menopausa, o uso de TH, de MCA e/ou hábitos de estilo de vida influenciam a gravidade percebida de SM. **Método:** Participaram 505 mulheres portuguesas, entre os 45 e os 65 anos ($M=53,07$; $DP=5,41$), que preencheram a Escala Cervantes 10-itens (CS-10) e um questionário sociodemográfico, de saúde, de menopausa (e.g., tipo de menopausa e fase de menopausa, estratégias utilizadas para gestão de SM) e de estilo de vida. Os dados foram analisados através de modelagem de equações estruturais. **Resultados:** O modelo desenvolvido, demonstrou um ajustamento aceitável ($\chi^2=353,517$; $SRMR=0,521$; $CFI=0,888$; $TLI=0,845$; $RMSEA=0,085$). Os principais preditores da maior gravidade percebida de SM foram: um maior índice de massa corporal ($\beta = -0,13$; $p \leq 0,01$), ter menopausa induzida ($\beta = 0,12$; $p \leq 0,01$), não recorrer a MCA ($\beta = 0,11$; $p \leq 0,05$), ter problemas psicológicos ($\beta = 0,22$; $p \leq 0,001$) e o consumo de cafeína ($\beta = 0,09$; $p \leq 0,05$). **Discussão:** Este estudo destaca fatores biopsicossociais que influenciam a gravidade percebida dos SM, reforçando a importância de abordagens multidisciplinares e de intervenções que considerem estratégias de gestão de SM adequadas e, assim, melhorar a qualidade de vida destas mulheres.

2. Comportamentos de gestão de peso em adultos portugueses emergentes

Leonor da Cunha Silva¹, Bianca Martins² & Filipa Pimenta^{1,2}

¹ISPA-Instituto Universitário, Portugal

²UNESP-Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Brasil

³WJCR-William James Center for Research, Portugal

leonor.cams@gmail.com

Adultos emergentes portugueses podem desenvolver padrões alimentares disfuncionais, aumentando o risco de obesidade ao longo da vida. Ainda há pouca investigação sobre como fatores emocionais/cognitivos se associam a um peso saudável. Este estudo explorou se a satisfação com a dieta, o comportamento alimentar disfuncional (alimentação emocional-[AE], restrição cognitiva-[RC], a alimentação descontrolada-[AD]) e a incongruência alimentar predizem estratégias de gestão de peso (imitação-[I_M], procura de informação-[PI] e gestão de impulsos – aceitação-[GI_A], consciencialização-[GI_C] e distração-[GI_D]). Neste estudo quantitativo, correlacional e transversal participaram 601 adultos

portugueses entre os 18 e os 35 anos (Midade=26.60; DPidade=4.55) que preencheram um questionário online (com dados sociodemográficos, o questionário alimentar de três fatores-[TFEQ-18], o questionário *oxford food and activity behaviours* [OxFAB-MAW], o questionário de incongruência de desejo-meta alimentar-[DG-DI] e o questionário de satisfação com o comportamento dietético-[SWDB]). O descontrolo alimentar ($\beta_{I_M}=.523$; $p\leq.001$; $\beta_{PI}=.183$; $p=0.009$; $\beta_{GI_C}=.262$; $p=0.002$; $\beta_{GI_D}=.224$; $p=0.008$) e a restrição cognitiva ($\beta_{I_M}=.283$; $p\leq.001$; $\beta_{PI}=.50$; $p\leq.001$; $\beta_{GI_D}=.435$; $p\leq.001$; $\beta_{GI_A}=.284$; $p\leq.001$) predizem estas estratégias de gestão de peso.

Intervenções psicológicas que abordem padrões de desregulação e restrição alimentar podem levar a um maior investimento em comportamentos funcionais de gestão de peso

3. Green eating behaviour perceived advantages: Findings from the CLIMACTION project

Marta Uva¹, Inês Queiroz-Garcia², Mafalda Leitão^{2,3}, Rui Miguel Costa^{2,3} & Filipa Pimenta²

¹ Ispa, Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

² William James Center for Research, Ispa, Instituto Universitário, Lisboa, Portugal

³ Health Sciences Faculty, Universidade Europeia, Lisboa, Portugal

martauva.nunes@gmail.com

Background: The current food system poses a significant threat to the planet and humanity. Promoting sustainable diets is crucial. This study aims to explore the predictors of Green Eating Behaviour (GEB) advantages. Methods: This cross-sectional study included a representative sample of 3,132 Portuguese adults, aged 18-65 years, who completed the Green Eating Behaviours Scale, Risk Perception, Action self-efficacy, Socio-cultural Influences and the FOODLIT-Tool. Findings: The structural model presented a very good fit (SRMR=.060; CFI=.996; TLI=.997; RMSEA=.053; $p<.001$; 90% CI=[.053, .054]). Portuguese adults with higher levels of risk perception ($\beta=.146$, $p<0.001$), action self-efficacy ($\beta=0.147$, $p<0.001$), prescriptive norms ($\beta=0.317$, $p<0.001$), biospheric values ($\beta=0.125$, $p<0.001$), learning contexts ($\beta=0.058$, $p=0.001$), industry ($\beta=0.079$, $p<0.001$), food policy ($\beta=0.036$, $p=0.036$), nutritional relevance ($\beta=0.161$, $p<0.001$), health ($\beta=0.246$, $p<0.001$), social ($\beta=0.148$, $p<0.001$), physical exercise ($\beta=0.093$, $p<0.001$), as well as those who are female ($\beta=0.149$, $p<0.001$), have children ($\beta=0.046$, $p=0.012$), purchase their own food ($\beta=0.051$, $p=0.001$), and have lower education levels ($\beta=-0.052$, $p=0.004$) perceived greater GEB advantages. Discussion: These findings highlight the need to guide stakeholders in effectively communicating and intervening in sustainability efforts. Promoting green eating should focus on enhancing its perceived advantages while minimizing perceived disadvantages.

4. Adesão ao Autocuidado e Coping em indivíduos com Diabetes Mellitus tipo 2

Ana Beatriz Barreira Pinto¹, Paula Susana Loureiro Saraiva de Carvalho¹, Cláudia Maria Gomes Mendes da Silva¹ & Manuel dos Reis Gama¹

¹ Universidade da Beira Interior, Portugal)

ana.beatriz.pinto@ubi.pt

Introdução: A adesão ao autocuidado, envolvendo medicação, dieta e exercício físico, é essencial para o controlo da doença em pessoas com diabetes. Dada a significativa repercussão da diabetes no bem-estar geral, a adoção de estratégias de coping adaptativas revela-se crucial para enfrentar os desafios da gestão da doença e melhorar a qualidade de vida. O principal objetivo deste estudo consistiu em analisar os níveis de adesão ao

autocuidado e as estratégias de coping utilizadas por indivíduos com diabetes *mellitus* tipo 2 (DM2). Método: Participaram 71 doentes, com idades entre os 43 e os 91 anos (M=68,66; DP=11,51), acompanhados nas consultas de diabetologia da ULS Cova da Beira. Aplicaram-se um questionário sociodemográfico, a Escala de Atividades de Autocuidado na Diabetes e o *Brief Cope*. Resultados: Os resultados evidenciaram diferenças estatisticamente significativas na adesão ao autocuidado e nas estratégias de coping, em função de variáveis como idade, sexo, estado civil e tempo de diagnóstico. Verificou-se que indivíduos que recorrem ao suporte socioemocional e a estratégias de coping focadas na emoção tendem a adotar comportamentos de autocuidado mais adequados para gerir a sua doença. Discussão: Estes resultados contribuem para uma maior compreensão dos níveis de adesão ao autocuidado e das estratégias de coping utilizadas por indivíduos com DM2, destacando-se a necessidade de intervenções personalizadas para atender às necessidades individuais destas pessoas.

5. Adaptação do Guia Prático dos 5As para Tratamento da Obesidade no Brasil

Tatiane Palmeira Eleutério¹, Sara Sofia Fernandes de Lima², Erika Cardoso dos Reis³ & Andréa Maria Eleutério de Barros Lima Martins¹

¹ Universidade Estadual de Montes Claros (Unimontes), Brasil

² Innovation in Health and Well-Being Research Unit, CESPU, Portugal

³ Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP), Brasil

tatiapeleuterio@gmail.com

Introdução: A obesidade é uma doença crónica, multifatorial e progressiva, caracterizada pelo excesso de gordura corporal e associada a riscos de doenças incluindo o estigma social. No Brasil, 31% da população adulta tem obesidade, enquanto 68% apresentam excesso de peso, configurando um problema de saúde pública. Este trabalho descreve a adaptação transcultural do Guia Prático dos 5As, desenvolvido no Canadá, para o contexto brasileiro. **Metodologia:** Guia 5As apresenta uma abordagem estruturada para o manejo da obesidade, baseada em cinco etapas: Aborde/Pergunte, Avalie, Aconselhe, Acorde e Ajude. O processo de adaptação transcultural incluiu tradução, síntese das versões traduzidas, retrotradução, avaliação semântica e pré-teste com profissionais da Atenção Primária à Saúde e o Instrumento de Validação de Conteúdo Educativo em Saúde. **Resultados:** Os resultados indicaram que o Guia é bem estruturado, claro e aplicável ao contexto brasileiro, tendo sido validado por um painel de 36 profissionais especialistas e usuários. **Discussão:** Este Guia representa um avanço no enfrentamento da obesidade no contexto da Atenção Primária à Saúde sendo fundamental que os profissionais de saúde disponham de ferramentas estruturadas e culturalmente adequadas para o manejo clínico e da comunicação com pacientes com obesidade.

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 12

Moderadora: Lúcia Ferreira

1. Preditores da Depressão em Condições Neurodegenerativas: Incapacidade, Alexitimia, Fusão Cognitiva, Vida Comprometida

Teresa Carvalho^{1,2}, Nair Costa¹, Carolina da Motta^{2,3} & Mariana Augusto-Carvalho⁴

¹ Instituto Superior Miguel Torga, Portugal.

² University of Coimbra, Center for Research in Neuropsychology and Cognitive and Behavioral Intervention (CINEICC), Portugal.

³ Lusófona University, Digital Human-Environment Interaction Lab (HEI-Lab), Portugal.

⁴ University of Coimbra, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Portugal
teresacarvalho.psi@gmail.com

Introdução: A depressão tende a possuir uma elevada comorbilidade com doenças com condições neurodegenerativas (DCN). Alexitimia (AL), fusão cognitiva (FC), um reduzido comprometimento com atividades valoradas na vida (vida comprometida; VC) podem facilitar a depressão. Este estudo visou aprofundar o conhecimento sobre preditores da depressão em pessoas com DCN, ao analisar um modelo composto por incapacidade geral (IG; condição resultante da neurodegeneração), AL, FC, VC (processos de regulação emocional). **Método:** Estudo transversal, cuja amostra de conveniência incluiu 137 adultos com DCN (doença de Parkinson, esclerose múltipla, esclerose lateral amiotrófica). Usaram-se as seguintes medidas: subescala de Depressão da DASS-21, *World Health Organization Disability Assessment Schedule*–12 items, *Toronto Alexithymia Scale*-20, *Cognitive Fusion Questionnaire*, *Engaged Living Scale*- Short Form. **Resultados:** Todos os potenciais preditores foram incluídos na regressão linear múltipla após se correlacionarem com os sintomas depressivos e os predizerem em regressões lineares simples. O modelo final explicou 48% da variância dos sintomas de depressão: IG, AL, FC associaram-se positivamente com os sintomas depressivos; VC associou-se negativamente com tais sintomas. **Discussão:** Intervenções para melhorar a saúde das pessoas com DCN devem prevenir/tratar a depressão, focando-se simultaneamente na reabilitação da incapacidade funcional, na minimização da AL e da FC e na promoção de uma VC.

2. The effects of individualized sport training such as tennis to autistic individuals on motor skills development

Maria Gurcova & Ludmila Antibor.

maria.gurcova@gmail.com

Most of the children with ASD have motor development delay to fulfill their life skills. Fine motor skills and gross motor skills are weak and have difficulties to coordinate parts of body. The main aim of this research is to examine the effect of individualized sport exercise training regularly applied to autistic individuals on motor development and their ability to independently perform physical exercises; normalization of psychophysical and physical conditions, successful socialization. Research covers 8 students with ASD, 8 - 9 years of age. Non - parametrical test adapted from Bruininks - Ozeretsky test and Mann Whitney U test (Wilcoxon rank-sum) which were applied definitive statistical transactions in SPSS packaged software. A statistically significant difference was found between the pretest-posttest results of all the parameters of the study group ($p < 0.01$). The effect obtained data was 0,435, $p < 0,041$ that proves our study validation and regular, systematic working program applied and planned in accordance with children's developmental features, knowledge, skill levels by setting solid goals may be the reason of their psycho emotional and physical changes, which is the key factor in performing activities. As a result of this research, it can be stated that the physical activity program which is applied regularly, systematically and correctly to the children with ASD makes an important contribution to the development of the children's motor skills.

3. Digital Brain as a Cognitive Prosthesis for AI-Assisted Learning

Andrea Sarabia García¹, Rubén Pérez-Elvira¹, Javier Oltra-Cucarella²

¹ Computational and Clinical Neuroscience Study Group, Pontifical University of Salamanca, Spain

² Miguel Hernández University, Elche, Spain asarabiaga.psi@upsa.es

Introduction: This study investigates the effectiveness of an Artificial Intelligence-based tool in enhancing the acquisition, retention, and organization of information. Additionally, it serves as a preliminary validation of the instruments and training protocol for a larger project focused on developing new treatments for Mild Cognitive Impairment. **Methods:** In this initial phase, a comparative study was conducted with 30 healthy participants aged 21 to 25, divided into three experimental groups. Each group was assigned a different learning method: a digital brain system (Obsidian), a traditional note-taking method (Cornell), or no tool. An initial battery of assessments was administered to confirm sample homogeneity. Participants then received study materials consisting of text, images, and videos, and each group implemented its assigned study method. Finally, their ability to integrate and cross-reference information was assessed through a written test specifically designed for this purpose. **Results:** Data analysis showed that, although the groups were similar in age, education, and baseline performance, significant differences emerged in final test outcomes. Participants using the digital brain system performed best. **Discussion:** These findings suggest that the choice of learning method significantly influences knowledge acquisition and management.

4. Bem-estar em populações neurodivergentes: uma revisão sistemática da literatura.

Inês Pereira¹, Ema P. Oliveira^{1,2} & Vítor Costa¹

¹Universidade da Beira Interior, Portugal

²CIEP – Centro de Investigação em Educação e Psicologia, Portugal

mariainesacenab@gmail.com

Introdução: O presente trabalho, através de uma Revisão Sistemática da Literatura, pretende estudar a relação, em indivíduos neurodivergentes, entre a perturbação do neurodesenvolvimento e o bem-estar”. Em particular, consideram-se as quatro perturbações mais comuns: Perturbação do Espectro do Autismo (PEA), Perturbação de Hiperatividade e Défice de Atenção (PHDA), Perturbação do Desenvolvimento da Linguagem (PDL), e Perturbação de Aprendizagem Específica (Dislexia). **Método:** Seguiram-se as orientações do PRISMA, tendo sido identificados 1124 estudos nas bases de dados *Scopus* e *PubMed*, publicados entre 2018 e 2024, dos quais 33 foram incluídos na presente revisão. **Resultados:** Indivíduos com PEA apresentam altos níveis de ansiedade, depressão e solidão, ao passo que a qualidade de vida, qualidade de vida relacionada com a saúde (QVRS) e a satisfação com a vida são significativamente mais baixos em relação a indivíduos neurotípicos. Indivíduos com PHDA apresentam uma QVRS significativamente pior. Na PDL, os indivíduos apresentam uma QVRS compatível com as faixas normativas, exceto nas dimensões Humor e Emoções e Aceitação Social. Verificaram-se níveis mais baixos de satisfação com a vida em estudantes disléxicos. **Discussão:** Conclui-se que os níveis de bem-estar na população neurodivergente são inferiores, comparativamente com a população neurotípica, justificando a relevância e a necessidade de um maior investimento em intervenções eficazes junto desta população.

5. How does one Validate a set of Vignettes to Assess Perceptions of ADHD Symptoms cross culturally? (presencial)

Catarina Pignatelli¹, Joaquim Jorge Soares¹, Lukasz Stecko, Tiago Gonçalves⁸, Amálie Salajková⁶, Aleksandra Frontczak², Luka Kalita³, Samin Ranjbaran⁴, Zofia Jaworska⁷ & Glória Macassa⁹

¹ Universidade Europeia, Lisbon Portugal

² University of Social Science in Łódź, Łódź, Poland

³ Faculty of Arts, University of Ljubljana, Ljubljana, Slovenia

⁴ University of Pavia, Pavia, Italy

⁵ Universität Innsbruck, Innsbruck, Austria

⁶ University of Padova, Padova, Italy

⁷ University of Wrocław, Wrocław, Poland

⁸ University of Porto, Porto, Portugal

⁹ Mid Sweden University, Östersund, Sweden

catarina.pignatelli@universidadeeuropeia.pt

Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD) is an increasingly recognised neurodevelopmental condition, with its diagnostic criteria and symptom perception varying across cultural contexts. These differences influence diagnostic practices, public awareness, and understanding of the disorder, highlighting the need for culturally sensitive tools to assess how behaviours are interpreted globally. The vignette methodology, widely used in cross-cultural research, provides a valuable framework to explore how individuals perceive behaviours associated with ADHD. In this study, an international team (e.g., Poland, Portugal, Austria) developed a vignette-based methodology grounded in DSM-5 diagnostic criteria and current literature. Twenty-four vignettes were designed to operationalise core ADHD symptom domains hyperactivity, inattention, emotional dysregulation, and low frustration tolerance and two additional vignettes served as normative controls. The vignettes underwent linguistic validation, including forward and back translation, as well as iterative expert review by clinical psychologists and psychiatrists from different countries, to ensure semantic accuracy, ecological plausibility, and the absence of overt diagnostic cues. The pilot study for the vignette validation was conducted across all collaborating countries, but the Polish sample was selected for formal validation. A total of 1,095 Polish participants (67.2% female), aged 18 to 76 years ($M = 27.3$, $SD = 12.1$), were recruited online between November 2024 and January 2025. Participants responded to each vignette using a 4-point Likert scale to indicate: (a) how common they perceived the behaviour to be, (b) whether they would recommend professional consultation, and (c) whether they had experienced the behaviour themselves. Exploratory and confirmatory factor analyses supported a consistent factor structure aligned with the predefined symptom categories. A final set of 12 vignettes (Versions A and B) was retained. Full-scale cross-cultural recruitment is currently ongoing, using the validated vignette sets alongside additional instruments assessing ADHD-related knowledge, attitudes, and perceptions. This study contributes to the development of culturally sensitive assessment tools and to a better understanding of how ADHD symptoms are classified and interpreted across cultures.

6. Validação da escala de avaliação da coesão e adaptabilidade familiar (faces iii) numa amostra cubana

Areolina Delgado Durán¹, Graça Esgalhado^{1,4}, Justo Reinaldo Fabelo² & Cristina Nunes³

¹ Universidade da Beira Interior, Portugal

² Universidade de Ciências Médicas de Havana, Cuba

³ Universidade do Algarve, Portugal

⁴ RISE-Health, Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal

areolinadelgadoduran@gmail.com

A Escala de Avaliação da Coesão e Adaptabilidade Familiar (FACES III) é um instrumento utilizado para avaliar o funcionamento familiar. Este estudo teve como objetivo explorar as propriedades psicométricas da escala numa amostra de adultos cubanos. Participaram 392 adultos (55.9% mulheres e 40.3% homens), com uma média de idades de 41.14 anos (DP = 18.86). Para além da FACES III, foram aplicados um questionário sociodemográfico, o APGAR Familiar e a Escala de Afetos Positivos e Negativos (PANAS). Realizou-se uma Análise Fatorial Exploratória (AFE) com extração dos componentes principais e rotação *Varimax*. O *scree plot*, juntamente com os critérios do valor próprio ≥ 1 e mínimo de três variáveis por fator, sustentaram a retenção de dois componentes, replicando a estrutura bidimensional da escala. A fiabilidade foi avaliada através do alfa ordinal, obtendo-se .93 e .69, respetivamente. As duas dimensões apresentaram correlação negativa fraca. A validade convergente foi confirmada por correlações positivas com o APGAR e a validade divergente por correlações negativas com os afetos negativos. A FACES III demonstrou validade fatorial adequada, bem como evidência de validade convergente e divergente, evidenciando o seu potencial como ferramenta sensível na compreensão das dinâmicas relacionais familiares.

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 13

Moderadora: Cátia Pereira

1. Quais os fatores protetores e de risco para a saúde psicossocial de pessoas em situação de pobreza?

Jóni Ledo¹, Henrique Pereira¹ & Catarina Oliveira²

¹ Universidade da Beira Interior, Portugal),

² Núcleo Distrital de Vila Real da EAPN - Rede Europeia Anti-Pobreza, Portugal)

joni.ledo@ubi.pt

Introdução: A situação de pobreza constitui um risco para a saúde psicossocial, principalmente quando interseccionalizada com outras identidades minoritárias. **Objetivo:** Comparar a saúde psicossocial entre pessoas da comunidade cigana e não cigana a viver em situação de pobreza. **Método:** estudo transversal com uma amostra de 317 participantes (202 não cigana e 115 cigana), com idades compreendidas entre os 18 e 71 anos (mean= 38,91; SD= 13,89). **Instrumentos usados:** *Kessler Psychological Distress Scale*, *Paradox of Self-Stigma*, *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* e *Connor-Davidson Resilience Scale-10*. **Resultados:** Verificam-se diferenças significativas no distress psicológico (Não cigana: 2,76; Cigana: 1,95; $p < 0,001$), autoestigma (Não cigana: 2,87; Cigana: 3,34; $p < 0,001$), suporte social percebido (Não cigana: 4,48; Cigana: 6,05; $p < 0,001$) e resiliência (Não cigana: 2,16; Cigana: 3,07; $p < 0,001$). A comunidade cigana apresentou valores mais

baixos de distress psicológico e mais elevados de autoestigma, suporte social percebido e resiliência. Discussão e conclusão: Na comunidade cigana o efeito da discriminação é mais evidente no autoestigma, que é mais elevado, sendo que a resiliência e o suporte social contribuem como fatores protetores destas comunidades, o que pode explicar níveis de distress psicológico mais reduzidos. É fundamental a contínua investigação para que as políticas públicas sejam desenhadas para a melhoria das condições de vida destas populações.

Machine Learning na Detecção do Alzheimer: ROI versus Voxels com sLORETA

Rubén Pérez-Elvira¹

¹Universidade Pontifícia de Salamanca, Espanha

rperez@upsa.es

Introdução: O Alzheimer desafia a neurociência clínica, demandando biomarcadores precoces acessíveis. Este estudo avalia diferenças na atividade EEG via sLORETA entre pacientes com Alzheimer e controlos, comparando análises por regiões de interesse (ROI) e voxels individuais para identificar padrões diagnósticos. Método: Analisaram-se dados de EEG de 65 sujeitos (36 com Alzheimer, 29 controlos) usando sLORETA. Compararam-se amplitudes de bandas (Delta, Teta, Alfa, Beta, Gama) por testes de permutação em regiões anatômicas e 6239 voxels. Desenvolveram-se modelos de machine learning (KNN, Random Forest, Gradient Boosting, SVM, MLP) para classificação diagnóstica. Resultados: A análise por ROI revelou diferenças significativas apenas na banda Delta do lobo frontal esquerdo. A análise por voxels identificou variações em múltiplos voxels, principalmente nas bandas Delta e Teta. Os modelos de Random Forest apresentaram melhor precisão (94,12% para ROI), demonstrando maior potencial discriminativo. Discussão: Os resultados sugerem que análises por ROIs são mais sensíveis na detecção de alterações neurais do Alzheimer. O estudo destaca o potencial de combinar análises EEG baseadas em ROIs com machine learning para diagnóstico precoce não invasivo, alternativa aos biomarcadores convencionais.

2. Bem-Estar em Adultos de Meia-Idade e Idosos Portugueses

Inês Agostinho^{1,2}, Catarina Paulino¹, Luísa Grácio^{1,2} & Maria João Carapeto^{1,3}

¹ Universidade de Évora, Escola de Ciências Sociais, Departamento de Psicologia

² Centro de Investigação em Educação e Psicologia, Portugal

³ Comprehensive Health Research Center (CHRC))

inesragostinho@gmail.com

O envelhecimento tem sido associado a mudanças no bem-estar de adultos de meia-idade e idosos. Com o envelhecimento da população, torna-se cada vez mais necessário recorrer a uma abordagem integrativa da saúde que valorize o bem-estar psicológico, emocional e social, reforçando o suporte necessário para um envelhecimento bem-sucedido. O objetivo deste estudo é caracterizar o bem-estar em função de variáveis sociodemográficas em adultos de meia-idade e idosos (género, idade, estado civil, habilitações literárias, situação profissional, residência, coabitação e autoperceção de saúde). Utilizou-se uma metodologia quantitativa, correlacional, com desenho transversal e amostragem não probabilística. Uma amostra com trezentos e treze indivíduos (46-84 anos) preencheu um questionário online de autorrelato sobre dados sociodemográficos e o *Mental Health Continuum – Short Form*, para avaliar o bem-estar (emocional, social, psicológico e total). Os resultados sugeriram que pessoas mais velhas, com menores habilitações académicas, reformadas/desempregadas, residentes no Alentejo e com boa autoperceção de saúde têm níveis mais elevados de bem-estar. Destaca-se a importância de mais estudos sobre o bem-estar em adultos de meia-idade

e idosos portugueses e a necessidade de intervenções que promovam o bem-estar ao longo do envelhecimento.

3. Psychometric Properties of the KHQ Symptom Severity Scale Among Middle-Aged Women

Marta G. Porto, Filipa Pimenta, Inês Queiroz-Garcia, Marta Uva, Matilde Patrone, Teresa Mascarenhas & João Marôco

matildempatrone@gmail.com

Introdução: A Incontinência Urinária (IU) é prevalente entre mulheres de meia-idade, com impacto psicossocial relevante. A avaliação biopsicossocial, apoiada por equipas multidisciplinares e instrumentos padronizados, é essencial para a prestação de cuidados individualizados. Embora o King's Health Questionnaire esteja validado, a sua componente suplementar — a King's Symptom Severity Scale (KHQ-SSS) — carecia de validação formal como instrumento independente. Este estudo visou avaliar as fontes de evidência de validade do KHQ-SSS. **Métodos:** Participaram 1.538 mulheres portuguesas, entre os 40 e 65 anos, que autorrelataram sintomas de IU. Procedeu-se a uma Análise Fatorial Confirmatória (DWLS). A fiabilidade interna foi aferida através dos coeficientes alfa ordinal e ômega; a invariância da medida foi testada por MGCFA; e a validade convergente através da correlação de Pearson entre as pontuações do KHQ-SSS e do ICIQ-UI SF. **Resultados:** A versão de cinco itens do KHQ-SSS apresentou uma estrutura unidimensional estável, com excelentes índices de ajustamento (CFI=0.983, TLI=0.965, RMSEA=0.075) e boa fiabilidade interna ($\alpha=0.70$), estabelecendo evidência de validade baseada na estrutura interna. A forte correlação com o ICIQ-UI SF ($r=0.589$) confirmou a validade convergente da escala. **Discussão:** O KHQ-SSS demonstrou ser uma medida psicométrica válida e robusta para a avaliação da gravidade da IU, contribuindo para práticas clínicas mais abrangentes e centradas no paciente.

4. Guardadores da Memória: Entre o Envelhecimento Bem-Sucedido e o Risco de Demência

Ana Margarida Jerónimo¹

¹ Município de Seia

guilaranjo@gmail.com

A longevidade e o envelhecimento populacional colocam desafios à Psicologia Clínica e da Saúde. A memória assume um papel central enquanto função cognitiva associada à autonomia e ao bem-estar psicológico, sendo ainda um marcador precoce de risco de demência. A comunicação que se propõe repousa na revisão de literatura sobre a memória como eixo dinâmico entre o declínio e a adaptação, discutindo-se propostas de intervenção que promovam o envelhecimento bem-sucedido. A pesquisa bibliográfica foi realizada entre fevereiro e abril de 2025 nas bases de dados *PubMed*, *PsycINFO*, *Scopus* e *Web of Science*. Foram incluídos estudos publicados entre 2018 e 2025, selecionados com base na sua relevância temática, validade metodológica e contributo para a compreensão da memória enquanto função adaptativa e marcador precoce de risco de demência. A análise qualitativa permitiu a identificação de quatro eixos temáticos: (i) a memória como domínio de plasticidade cognitiva e emocional; (ii) fatores psicológicos modificáveis, como o propósito de vida e o bem-estar subjetivo; (iii) intervenções multidimensionais baseadas em perfis

clínicos e psicossociais; e (iv) o papel ativo dos sujeitos na manutenção da identidade e funcionalidade. Estudos recentes têm destacado abordagens inovadoras que integram componentes cognitivas, emocionais e comportamentais. Bartrés-Faz et al. (2025) propõem uma intervenção multidimensional que considere os perfis psicológicos, associados ao bem-estar psicológico e à satisfação com a vida. Por outro lado, Won et. al. (2025) demonstram a relevância de fatores psicológicos modificáveis — como o propósito de vida e o bem-estar subjetivo — e de fatores relativos aos estilos de vida, nomeadamente a atividade física, alimentação, sono, e gestão do stress na preservação da saúde mental. No essencial, sugere-se que a prevenção do declínio cognitivo exige respostas sensíveis às diversas dimensões do envelhecimento. Na comunicação proposta, os “guardadores da memória” não são apenas os cuidadores ou os profissionais, mas também os próprios sujeitos, implicados ativamente na manutenção da sua identidade e funcionalidade. A revisão desenvolvida visa, assim, sustentar uma reflexão crítica sobre práticas clínicas e preventivas centradas na pessoa, na promoção da autonomia e na valorização da memória no processo de envelhecimento.

CAPÍTULO 2 – SIMPÓSIOS

Simpósio 1 - Envelhecer com dignidade: investigação e desafios emergentes para a psicologia

Coordenadora e Moderadora: Rosa Marina Afonso, RISE-Health, Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior.

Este simpósio pretende apresentar e refletir sobre desafios do envelhecimento, e sobre o papel da psicologia para se compreender e promover um envelhecimento digno. Serão explorados temas como as perceções das pessoas mais velhas sobre modelos teóricos de envelhecimento, a experiência psicológica da solidão na velhice, a avaliação da capacidade de decisão em saúde e suas implicações, as transversalidades e especificidades do envelhecimento da pessoa com deficiência intelectual e uma perspetiva psicológica sobre o processo de transição de residência de adultos mais velhos para estruturas residenciais gerontológicas. Com o aumento da longevidade, surgem novos desafios para a investigação e prática da psicologia. Este simpósio é relevante para as Conferências, na medida em que discute como é que a psicologia contribui para se envelhecer com qualidade e para a construção de uma sociedade inclusiva. As comunicações que integram o simpósio abordam temas emergentes, com metodologias qualitativas, quantitativas e de investigação ação que pretendem estimular e desenvolver a investigação e inovação no âmbito da psicologia clínica e da saúde dirigida a adultos mais velhos.

1. Perspetivas de Pessoas Mais Velhas sobre o Modelo da Gerotranscendência

Taiane Abreu^{1,3}, Lia Araújo², Laetitia Teixeira³ & Oscar Ribeiro¹

¹ RISE-Health, Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro

² RISE-Health, Escola Superior de Educação, Instituto Politécnico de Viseu

³ RISE-Health, Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar, Universidade do Porto

tai.abreu@ua.pt

A gerotranscendência é um modelo promissor de envelhecimento que aborda desafios acerca do desenvolvimento específicos na velhice, propondo uma visão mais holística e transcendente desta fase da vida. No entanto, trata-se de uma teoria recente e pouco validada através das perspectivas das pessoas mais velhas. Este estudo teve como objetivo auscultar diferentes grupos de pessoas mais velhas antes e após a participação num programa baseado na gerotranscendência, de forma a compreender o seu grau de identificação com os princípios da teoria. Trata-se de um estudo qualitativo, com recurso a grupos focais realizados com participantes com idade média aproximada de 81 anos. As sessões foram gravadas, transcritas e analisadas através de análise temática. Os principais temas emergentes: identificação parcial com os conceitos e distinções em relação à experiência pessoal; uma nova compreensão da velhice e a ressonância com os elementos da gerotranscendência. Os resultados revelaram níveis variados de identificação com os conceitos da teoria, bem como reflexões significativas sobre o envelhecimento, com destaque para a sua dimensão existencial, espiritual e relacional. Este estudo enfatiza a importância de envolver pessoas mais velhas na construção e adaptação de modelos teóricos, promovendo intervenções mais eficazes e o reforço da autoeficácia nesta população.

2. Solidão na velhice: um estudo através da metodologia photovoice

Beatriz Henrique¹, Sofia Rodrigues² & Rosa Marina Afonso³

¹ Departamento de Psicologia e Educação, Universidade da Beira Interior, Portugal

² Universidade de Aveiro

³ RISE-Health, Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal

beatriz.vieira.henriques@ubi.pt

A solidão tem um impacto significativo na saúde mental e física dos adultos mais velhos, estando associada à depressão, ansiedade, declínio cognitivo, problemas de sono e comportamentos menos saudáveis. Este estudo teve como objetivo analisar o conceito de solidão na perspectiva dos adultos mais velhos. Neste estudo foi utilizada a metodologia *Photovoice*, uma abordagem de investigação-ação, com 16 participantes, estudantes da Academia Sénior, com idades compreendidas entre os 60 e 80 anos. A análise dos resultados indica que os participantes consideram, como principais causas de solidão, a ausência de pessoas significativas e de relacionamentos interpessoais. A noite foi considerada como o período em que a solidão é mais intensa e foram apontadas como consequências negativas desta o aumento de doenças físicas e mentais, o risco de morte prematura e o risco de suicídio. Este estudo reforça a importância de se compreender a complexidade da experiência psicológica de solidão na velhice e a necessidade de estratégias de intervenção que promovam relações sociais significativas e um envelhecimento ativo e saudável. As relações intergeracionais, especialmente entre avós e netos, são apresentadas como um fator protetor face à solidão, melhorando o bem-estar e a qualidade de vida dos adultos mais velhos.

3. Avaliação da Capacidade de Decisão em Saúde: Reflexões e Implicações para a Intervenção

Ana Saraiva Amaral^{1,2,3}, Mário Rodrigues Simões^{2,3,4}, Sandra Freitas^{2,3} & Rosa Marina Afonso¹

¹RISE-Health, Department of Psychology and Education, University of Beira Interior, Covilhã, Portugal

²University of Coimbra, Center for Research in Neuropsychology and Cognitive Behavioral Intervention (CINEICC), Faculty of Psychology and Educational Sciences (FPCE-UC), Coimbra, Portugal

³University of Coimbra, PsyAssessmentLab, Faculty of Psychology and Educational Sciences (FPCE-UC), Coimbra, Portugal

⁴University of Coimbra, Faculty of Psychology and Educational Sciences (FPCE-UC), Coimbra, Portugal

anapaula@fcsaude.ubi.pt

O aumento da prevalência de perturbações neurodegenerativas tem resultado num incremento de pedidos de avaliação da capacidade de decisão, que deve ser realizada com recurso a um instrumento específico. No que respeita ao contexto da saúde, o IAC-Saúde (Instrumento de Avaliação da Capacidade em Saúde), foi desenvolvido especificamente para a avaliação desta competência em adultos mais velhos com declínio cognitivo e demência. O estudo de validação clínica incluiu 89 participantes, divididos em três grupos: grupo de controlo (n=35), grupo de pessoas com declínio cognitivo ligeiro (n=32) e grupo de pessoas com doença de Alzheimer (n=22). Eticamente, a avaliação da capacidade serve dois propósitos, a proteção dos indivíduos, bem como a promoção da sua autonomia. Mesmo em circunstâncias de comprometimento da capacidade, *guidelines* internacionais recomendam que as pessoas sejam envolvidas no processo de tomada de decisão. A presente comunicação pretende refletir acerca das implicações clínicas da avaliação da tomada de decisão em saúde. Especificamente, pretende-se analisar os desafios éticos associados à avaliação da capacidade, bem como identificar estratégias que permitam promover a participação e autonomia de pessoas mais velhas com declínio cognitivo nos processos de decisão.

4. D'Envelhecer: Temas e Desafios sobre o Envelhecimento da Pessoa com Deficiência Intelectual

Inês Soares¹, Maria Miguel Barbos², Ana Saraiva Amaral^{2,3,4} & Rosa Marina Afonso²

¹Associação Portuguesa de Pais e Amigos do Cidadão Deficiente Mental da Covilhã

²RISE-Health, Department of Psychology and Education, University of Beira Interior, Covilhã, Portugal

³University of Coimbra, Center for Research in Neuropsychology and Cognitive Behavioral Intervention (CINEICC), Faculty of Psychology and Educational Sciences (FPCE-UC), Coimbra, Portugal

⁴University of Coimbra, PsyAssessmentLab, Faculty of Psychology and Educational Sciences (FPCE-UC), Coimbra, Portugal

psi.ines.soares@gmail.com

O envelhecimento da população mundial é um fenómeno crescente, destacando-se o aumento da esperança média de vida das pessoas com Deficiência Intelectual (DI), com particularidades que exigem atenção específica sobre o envelhecimento destas. Embora as pessoas com DI tenham uma expectativa de vida crescente, o seu envelhecimento ocorre de forma mais precoce quando em comparação com a população sem deficiência, o que resulta numa dupla vulnerabilidade, os desafios associados à deficiência e à velhice, cujo início em pessoas com DI é aos 45 anos. O envelhecimento das pessoas com DI destaca-se como uma emergência silenciosa com novas e complexas necessidades, às quais é imperativa uma resposta adequada para a promoção da qualidade de vida e de um envelhecimento saudável e inclusivo. Esta comunicação tem como objetivo identificar e analisar os principais temas abordados nos estudos que relacionam o envelhecimento com a DI, definindo variáveis para

a criação de um protocolo de pesquisa que destaque os aspetos mais relevantes relacionados ao envelhecimento desta população e forneça diretrizes para investigadores, profissionais de saúde e cuidadores. Deste modo, pretende-se integrar os conhecimentos da psicogerontologia com os estudos e particularidades da DI, potenciando o fortalecimento e ampliação da discussão sobre o tema, de forma a um maior entendimento e acompanhamento adequado do envelhecimento de pessoas com DI.

5. Aspetos Positivos e Negativos da Transição para Estruturas Residenciais: estudo qualitativo

Ana Beatriz Aragão¹, Maria Miguel Barbosa^{1,2} & Rosa Marina Afonso^{1,2}

¹ Departamento de Psicologia e Educação, Universidade da Beira Interior, Portugal

² RISE-Health, Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal

ana.aragao@ubi.pt

A mudança para uma Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI) constitui um desafio psicológico significativo, influenciado por fatores individuais e institucionais. Este estudo qualitativo analisou as vivências de 10 residentes de ERPIs de Portugal, com idades entre os 65 e os 96 anos, recorrendo a entrevistas semiestruturadas. Os critérios de inclusão foram ausência de défice cognitivo e um período mínimo de três meses de residência na estrutura residencial. As entrevistas foram analisadas por duas investigadoras e, sempre que surgiram divergências, foi envolvido um terceiro avaliador para assegurar a fiabilidade dos resultados. Os resultados evidenciaram desafios como a perda de autonomia, o afastamento da família e a rigidez institucional, mas, também, benefícios, nomeadamente o apoio social entre pares, a segurança e a previsibilidade das rotinas. Os resultados sugerem a importância de um modelo de Atenção Centrada na Pessoa aliado a uma maior flexibilidade da estrutura residencial e necessidade de fortalecimento das redes de apoio familiar, como estratégias que podem facilitar a adaptação dos residentes. O estudo enfatiza a necessidade de intervenções mais humanizadas, capazes de promover o bem-estar emocional e social dos adultos mais velhos a residir em estruturas residenciais gerontológicas.

Simpósio 2 - Literacia em saúde ao longo da vida: mais conhecimento mais saúde

Coordenadora e moderadora: Sara Lima

iHealth4Well-being - Unidade de Investigação para a Inovação em Saúde e Bem-Estar – Research Unit, Instituto Politécnico de Saúde do Norte, CESPU. UCIBIO - Applied Molecular Biosciences Unit, Translational Toxicology Research Laboratory, University Institute of Health Sciences.

Objetivos: O presente simpósio pretende promover o conhecimento atualizado e uma reflexão conjunta e crítica sobre a literacia em saúde e literacia em saúde mental ao longo da vida, bem como uma abordagem à literacia digital e literacia em saúde digital na promoção da saúde. **Relevância:** A Literacia em Saúde é a capacidade de compreender e aplicar informações sobre saúde, envolvendo conhecimento, motivação e as competências necessárias para que as pessoas possam aceder, compreender, avaliar e aplicar informações relacionadas à saúde. Verifica-se que os défices de literacia em saúde em diferentes populações apontam para que este nível de literacia tenha implicações na saúde física e mental das pessoas ao longo do ciclo da vida. A transição digital nos serviços de saúde e na utilização de ferramentas digitais em saúde que nem sempre estão ao acesso e competências

de todos, especialmente a pessoa idosa. A capacitação da população nestas áreas da literacia em saúde (física, mental e digital) é premente, de forma a maior consciencialização e capacidade de tomada de decisão em saúde. Salienta-se ainda a importância de investir em estratégias educativas acessíveis e em tecnologias inclusivas que considerem as barreiras geracionais, socioeconómicas e multiculturais. Sumário: Este simpósio integrará cinco comunicações orais. Na primeira comunicação, será realizada uma contextualização sobre a literacia de saúde e literacia em saúde digital o impacto na saúde global. As restantes comunicações consistem na apresentação de projetos e/ou programas implementados para promoção da literacia em saúde, saúde mental e digital, dirigidos a populações em diferentes fases de vida

1. Literacia Digital e Literacia em Saúde Digital: Estratégias Promotoras em saúde

Francisca Pinto^{1,2}

¹ iHealth4Well-being - Unidade de Investigação para a Inovação em Saúde e Bem-Estar – Research Unit, Instituto Politécnico de Saúde do Norte, CESPU, Portugal

² Professor Adjunto da Escola Superior de Enfermagem do Tâmega e Sousa, IPSN-CESPU, Portugal

francisca.pinto@ipsn.cespu.pt

Introdução: A transformação digital dos sistemas de saúde trouxe desafios e oportunidades no campo da literacia em saúde. A literacia digital e a literacia digital em saúde emergem como competências essenciais para a promoção da saúde e do bem-estar. Estas competências vão além do simples uso da tecnologia, exigindo a capacidade de aceder, compreender, avaliar criticamente e aplicar informação de saúde de forma segura e autónoma. Estas competências são um dos pilares fundamentais no aumento da literacia em saúde, com impacto na tomada de decisão informada, e na participação ativa em experiências de saúde e de bem-estar. **Metodologia:** Este trabalho resulta de uma revisão narrativa da literatura de estudos e documentos sobre a literacia digital e o impacto das ferramentas *e-health* na saúde. **Resultados:** A realização de sessões psicoeducativas em literacia em saúde digital apresentam-se como uma estratégia eficaz de *empowerment* individual e coletivo, aumentando a equidade em saúde e mediando a redução das desigualdades. Estas sessões permitem uma abordagem de cuidados centrados na pessoa. **Discussão:** Investir no desenvolvimento da literacia digital e em saúde digital é um imperativo estratégico para garantir a participação dos cidadãos num sistema de saúde cada vez mais digitalizado e orientado para a sustentabilidade.

2. Literacia da Obesidade: Estratégias para Promover Saúde e Bem-Estar

Sofia João Nogueira^{1,2} & Sara Lima^{1,2}

¹ Cooperativa de Ensino Politécnico e Universitário, CESPU

² UCIBIO

sofia.nogueira@ipsn.cespu.pt

Introdução: A obesidade é um dos maiores desafios de saúde pública do século XXI, com implicações significativas para a qualidade de vida e a sustentabilidade dos sistemas de saúde. A literacia em saúde—capacidade de compreender e aplicar informações de saúde—, particularmente no contexto da obesidade, desempenha um papel crucial na prevenção e na gestão desta condição. Este estudo visa: (1) analisar a relação entre literacia e comportamentos saudáveis em obesidade; (2) avaliar intervenções eficazes. **Método:** Revisão sistemática (PRISMA) de 25 estudos (2015–2023) da *PubMed/Scopus*, focando em: **Design:** Ensaios clínicos e estudos observacionais. **Participantes:**

crianças/adolescentes (n=15.000) e adultos (n=5.000). Instrumentos: Questionários validados (ex.: HLQ, eHEALS) e avaliações objetivas (IMC, adesão a tratamentos). Resultados: Da análise dos artigos conclui-se uma baixa literacia associada a maior IMC (OR=1.8; 95% IC:1.4–2.3) sendo que as Intervenções escolares melhoraram conhecimentos nutricionais (+32% vs. controlo; $p<0.01$). Verifica-se que as tecnologias digitais (apps) aumentaram adesão a atividade física (+1.5 dias/semana; $p=0.03$). Discussão: A literacia da obesidade é um preditor crítico de comportamentos saudáveis. Estratégias baseadas em escolas e tecnologias mostraram-se promissoras. Para a Psicologia da Saúde, estes dados reforçam a necessidade de intervenções multinível, integrando educação e suporte comportamental.

3. Literacia em saúde mental em estudantes: SMILE Project

Ana Isabel Teixeira^{1,2}, Sara Lima^{1,3,4}, Sónia Martins^{1,5}, Francisca Pinto & Tânia Morgado^{5,6,7}

¹ iHealth4Well-being - Unidade de Investigação para a Inovação em Saúde e Bem-Estar – Research Unit, Instituto Politécnico de Saúde do Norte, CESPU

² Professor Adjunto da Escola Superior de Enfermagem do Tâmega e Sousa, IPSN-CESPU

³ iHealth4Well-being - Unidade de Investigação para a Inovação em Saúde e Bem-Estar – Research Unit, Instituto Politécnico de Saúde do Norte, CESPU

⁴ UCIBIO - Applied Molecular Biosciences Unit, Translational Toxicology Research Laboratory, University Institute of Health Sciences (IH-TOXRUN, IUCS-CESPU), 4585-116 Gandra, Portugal.

⁵ Center for Health Technology and Services Research & Health Research Network Associated Laboratory (CINTESIS@RISE), Nursing School of Porto (ESEP), 4200-450 Porto, Portugal; Faculty of Medicine, 4200-319 Porto, Portugal

⁶ Health Sciences Research Unit: Nursing (UICISA: E), Nursing School of Coimbra (ESENfC), 3045-043 Coimbra, Portugal

⁷ Nursing School of Coimbra, 3004-011 Coimbra, Portugal

ana.isabel.teixeira@ipsn.cespu.pt

Introdução: A literacia em saúde mental é crucial para os estudantes universitários, pois capacita-os para reconhecer, compreender e enfrentar os desafios da saúde mental. Este estudo avalia o nível de literacia em saúde mental dos estudantes universitários e os fatores psicossociais associados. **Metodologia:** Estudo transversal, com uma amostra de estudantes universitários, que preencheram uma entrevista semiestruturada (dados sociodemográficos, de saúde e da situação académica), bem como instrumentos de avaliação da literacia em saúde mental e de diversas dimensões psicossociais. **Resultados:** Dos resultados preliminares, verificou-se um predomínio do sexo feminino (75%), com uma média de idade de 25 anos. Cerca de 74% reportaram que já tiveram necessidade de acompanhamento psicológico/psiquiátrico, em algum momento da sua vida e 22% afirmaram tomar atualmente medicação psicotrópica. O sexo feminino revelou maiores níveis de literacia em saúde mental ($p=0.025$), bem como os estudantes com antecedentes pessoais e familiares de doença mental ($p=0.020$; $p=0.044$; $p=0.007$). Constatou-se ainda uma associação negativa com a satisfação com o ambiente académico ($r_s=-0,571$). **Discussão:** Este estudo contribui para a reflexão e definição de estratégias e intervenções de boas práticas de promoção da saúde mental e bem-estar, criando uma resposta inovadora na comunidade escolar que promovam a saúde mental.

4. Literacia em Idosos: ElsAbem, longevidade com saúde e bem-estar

Sara Lima^{1,2}, Francisca Pinto^{1,3}, Manuela Leite, Raquel Esteves & Sónia Martins^{1,4}

¹ iHealth4Well-being - Unidade de Investigação para a Inovação em Saúde e Bem-Estar – Research Unit, Instituto Politécnico de Saúde do Norte, CESPU

² UCIBIO - Applied Molecular Biosciences Unit, Translational Toxicology Research Laboratory, University Institute of Health Sciences (IH-TOXRUN, IU-CS-CESPU), 4585-116 Gandra, Portugal

³ Professor Adjunto da Escola Superior de Enfermagem do Tâmega e Sousa, IPSN-CESPU, Portugal

⁴ Center for Health Technology and Services Research & Health Research Network Associated Laboratory (CINTESIS@RISE), Nursing School of Porto (ESEP), 4200-450 Porto, Portugal; Faculty of Medicine, 4200-319 Porto, Portugal
sonia.vmartins@cespu.pt

Introdução: A Literacia em Saúde assume um papel determinante, sendo caracterizada pela capacidade da pessoa em aceder, compreender, gerir e aplicar a informação em saúde. Este conceito assume especial relevância quando se trata da população mais velha, não só pela sua maior vulnerabilidade ao nível da saúde, mas também pelos baixos níveis de literacia evidenciados. Os baixos níveis de literacia em saúde condicionam a capacidade das pessoas mais velhas em obter e aplicar de forma adequada as informações relevantes sobre saúde. O objetivo deste estudo é analisar o perfil de saúde da população idosa na região Norte de Portugal, e a sua associação com indicadores psicossociais e de saúde. **Método:** Trata-se de um estudo quantitativo, com uma amostra constituída por pessoas mais velhas residentes na região Norte e com recurso a aplicação de um protocolo de avaliação multidimensional que inclui o questionário europeu de literacia em saúde e questionário de literacia em saúde digital. **Resultados:** Este estudo incluiu uma amostra de 139 idosos, com uma média de idade de 76 (dp=7,2) anos. Nesta amostra, 75% era do sexo feminino e 45% viúvos. Cerca de 79% reportaram ter uma doença crónica e 92% tomavam medicação diária. Em relação à literacia em saúde, 43% tinham um nível inadequado e 30% um nível problemático. **Discussão:** Pretende-se com este estudo avaliar o perfil da pessoa idosa no que concerne ao nível de literacia em saúde bem como contribuir para o desenvolvimento de intervenções comunitárias estruturadas e multidisciplinares que promovam a literacia em saúde, funcionalidade, a qualidade de vida e a longevidade saudável.

5. O impacto da inclusão digital na promoção da saúde mental e física dos Sêniores

Mónica Cardoso^{1,2}

¹Câmara Municipal de Paços de Ferreira, Departamento de Saúde, Integração e Inovação Social

² Universidade de Santiago de Compostela

monica.cardoso@cm-pacosdeferreira.pt

Introdução: A valorização do uso das plataformas digitais na educação sugere potencialidades suscetíveis de estudar, considerando a necessidade de ampliar e diversificar os estudos neste domínio em Portugal. O objetivo principal deste estudo consiste em avaliar o impacto da utilização da plataforma na inclusão digital, na saúde mental e física dos seniores. **Método:** Será adotado um método misto com a inclusão de uma amostra de conveniência, constituída por profissionais que prestam cuidados em instituições sociais e respetivos residentes mais velhos. Nos procedimentos qualitativos afiguram-se, análise documental e estudo de caso. Na análise quantitativa, a literacia digital será avaliada com a realização de um questionário de conhecimentos e desempenho. **Resultados:** Constatou-se que os profissionais do setor social consideram que as pessoas idosas têm dificuldade de aceder às plataformas digitais por falta de competências nesta área, sendo essas plataformas

fundamentais para a monitorização de indicadores de saúde e para a promoção da saúde mental e física. Discussão: A literatura reforça o papel educativo das plataformas digitais e reconhece a importância destes dispositivos tecnológicos para a promoção da saúde mental e física. Este estudo irá promover o desenvolvimento de competências digitais nas pessoas idosas. Paralelamente, promover-se-á a elaboração e implementação de propostas que possibilitem um maior e melhor aproveitamento pedagógico e didático dos recursos das plataformas digitais, tendo forte impacto nos processos de integração social, promoção do envelhecimento ativo, e no combate à exclusão social.

Simpósio 3- Estudos de saúde mental em estudantes de ensino superior

Coordenadora: Ana Torres, Professora Auxiliar do Departamento de Psicologia e Educação da Universidade da Beira Interior; Membro Efetivo da RISE Health; Colaboradora do CIDESD Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano

Moderadora: Paula Carvalho, Professora Auxiliar do Departamento de Psicologia e Educação da Universidade da Beira Interior; Membro Efetivo da RISE Health; Colaboradora do CIDESD Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano

Este simpósio propõe promover o conhecimento sobre a saúde mental dos estudantes de ensino superior, os fatores protetores e de risco, bem como, propostas de intervenção que visem a promoção da saúde mental desta população. As perturbações mentais nos estudantes de ensino superior têm apresentado um aumento progressivo nos últimos anos, pelo que urge conhecer fatores de proteção e de risco, bem como conhecer, desenvolver e testar propostas de intervenção que tenham este objetivo. É necessário desenvolver estudos para o conhecimento atualizado dos fatores de risco e de proteção que podem promover a saúde desta população. Conhecer a influência na saúde mental de fatores como a nacionalidade ou a vivência de violência nas relações de intimidade é importante. É igualmente importante conhecer, desenvolver e testar propostas de intervenção e de promoção da saúde mental dirigidas a esta população.

1. International Students Mental Health Challenges: A review

Nazma Khushal¹, Ana Torres^{1,2,3} & Sónia Remondes-Costa^{3,4}

¹Departamento de Psicologia e Educação, Universidade da Beira Interior

² RISE Health

³CIDESD Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano

⁴ Universidade de Trás os Montes e Alto Douro

Nazma.khushal@bi.pt

Introduction: International students have several mental health challenges, such as cultural adjustment, language barriers, financial difficulties, and social isolation. These elements contribute to increased levels of anxiety, depression, and psychological distress. This systematic review analysed critical mental health issues, contributing factors, and potential interventions for this population. Methodology: A comprehensive search followed the PRISMA guidelines across PubMed, PsycINFO, and Scopus. Studies published between 2015 and 2024 that examine mental health issues, outcomes, risk factors, and interventions for international students were included. Results: International students have higher levels of stress and anxiety than their local peers. The primary risk factors are acculturative stress, language barriers, financial difficulties, and inadequate social support. Stigmatization and

the lack of culturally appropriate services make it difficult to seek support. Protective factors include strong social networks, university support programs, and resilience training, such as mindfulness methods. Discussion There is a significant need for culturally sensitive mental health services in higher education. Suggestions include developing specific integration initiatives, expanding access to various counseling services, and leveraging online mental health resources. Future research should examine the long-term outcomes and effectiveness of treatments in various cultural settings to improve the mental health and well-being of international students.

2. Estudantes internacionais e Saúde Mental em Portugal: Uma revisão narrativa

Rafaela Ramalho¹, Ana Torres^{1,2,3} & Paula Carvalho^{1,2,3}

¹ Departamento de Psicologia e Educação, Universidade da Beira Interior

² RISE Health

³ CIDESD Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano

rafaela.ramalho@ubi.pt

Introdução: O estudante internacional é todo aquele que muda para outro país com a finalidade de continuar e finalizar os estudos académicos. Os dados recentes da Direção-Geral de estatística da educação e Ciência (DGEEC) de Portugal apontam que aproximadamente 77,354 estudantes internacionais estão matriculados em uma instituição de ensino superior. O processo adaptativo a uma nova cultura, e as novas exigências académicas podem impactar negativamente a saúde mental destes estudantes. **Método:** O objetivo principal deste estudo é conduzir uma revisão narrativa através da pesquisa de artigos publicados nas bases de dados *Scopus* e *Web of Science* nos últimos 10 anos, em inglês e português. As palavras chaves utilizadas na pesquisa foram “Mental Health”; “Portuguese Higher Education”; “International Students”; “Adaptive Process”. **Resultados:** Os resultados revelaram que o processo de aculturação e adaptação impacta diretamente a saúde mental destes estudantes. **Discussão:** Devido às limitações das revisões narrativas, são necessários estudos futuros e intervenções na promoção da saúde mental dos estudantes internacionais em Portugal, direcionado à melhoria da qualidade de vida destes estudantes.

3. CPLP-Catch People for Life Promotion: Apresentação de projeto de investigação

Rafaela Ramalho¹, Ana Torres^{1,2,3} & Paula Carvalho^{1,2,3}

¹ Departamento de Psicologia e Educação, Universidade da Beira Interior

² RISE Health

³ CIDESD Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano

rafaela.ramalho@ubi.pt

Introdução: A frequência do ensino superior é comumente associada à vivência de novas exigências com possível impacto negativo na saúde mental. Este aspeto tende a intensificar-se em função da nacionalidade. Os objetivos gerais deste trabalho consistem em analisar o impacto da nacionalidade na adaptação psicossocial ao ensino superior português numa amostra de estudantes nacionais e pertencentes a Comunidade dos países de língua portuguesa (CPLP) e desenvolver um programa de intervenção visando a promoção da saúde mental destes estudantes. **Método:** Pretende-se com este trabalho: 1. Realizar uma revisão sistemática da literatura sobre a saúde mental, bem-estar e processo adaptativo dos estudantes CPLP no ensino superior; 2. Analisar, através de métodos mistos, a adaptação dos estudantes CPLP no ensino superior português; 3. Traduzir e adaptar culturalmente um

programa de intervenção para estudantes de ensino superior validado internacionalmente (YOLO); E, por fim, 4. Desenvolver um estudo piloto de programa de intervenção YOLO, comparando os efeitos na saúde mental e no processo de integração em estudantes nacionais e pertencentes à CPLP. Resultados: Espera-se contribuir para o conhecimento desta área, disponibilizar um programa adaptado às necessidades desta população testado. Discussão: Este projeto tem potenciais implicações para a prática clínica e para a investigação com a comunidade CPLP.

4. Violência nas Relações de Intimidade em Estudantes da Universidade da Beira Interior

Margarida Farinha¹, Ana Torres^{1,2,3} & Paula Carvalho^{1,2,3}

¹ Departamento de Psicologia e Educação, Universidade da Beira Interior

² RISE Health

³ CIDESD Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano

margarida.farinha@ubi.pt

Objetivo: O presente estudo explora a relação entre a violência nas relações de intimidade (VRI) e indicadores de saúde mental em estudantes do ensino superior. Especificamente, pretende analisar as crenças e atitudes face à VRI, considerando contextos de vitimação e perpetração, bem como a sua associação com a ansiedade, sintomas depressivos e autoconceito. Método: A investigação contou com uma amostra de 519 estudantes da Universidade da Beira Interior (UBI), maioritariamente do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 18 e os 35 anos. Foi utilizado um protocolo online composto por instrumentos validados para avaliação de variáveis sociodemográficas, crenças e experiências de VRI, ansiedade, depressão e autoconceito. Resultados: Os dados sugerem uma tendência geral para atitudes pouco permissivas face à VRI, e apontam para associações relevantes entre variáveis sociodemográficas, crenças sobre a violência, e indicadores de saúde mental. Evidenciam-se ainda relações entre estas crenças e atitudes com níveis de ansiedade, depressão e autoconceito, com algumas diferenças consoante o papel de vítima ou de perpetrador. Conclusão: Os resultados reforçam a importância de promover iniciativas de prevenção e intervenção nas instituições de ensino superior, com vista à redução da VRI e à promoção do bem-estar psicológico dos estudantes..

5. Avaliação qualitativa da utilidade e usabilidade da plataforma Skye

Rebeca Mendes^{1,2} & Ana Torres^{3,4,5}

¹Departamento de Educação e Psicologia e Departamento de Comunicação e Arte, Universidade de Aveiro

²DigiMedia – Digital Media and Interaction Research Centre, Departamento de Comunicação e Arte, Universidade de Aveiro

³Departamento de Psicologia e Educação, Universidade da Beira Interior

⁴RISE Health

⁵CIDESD Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano

rebecamendes@ua.pt

Introdução: Skye é uma plataforma digital destinada a psicólogos para apoiar a intervenção com jovens adultos que apresentam ansiedade, suportada pela terapia cognitivo-comportamental, desenvolvida por estudantes de ensino superior e aplicável a alunos de ensino superior. Integra ferramentas e funcionalidades específicas para cada interveniente da intervenção psicológica através do respetivo perfil de utilizador. Visa apoiar o processo

terapêutico para o psicoterapeuta e para os seus clientes. Método: Foi desenvolvida uma investigação transversal qualitativa sobre utilidade e usabilidade da plataforma *Skype* em dois grupos. Foram integrados psicoterapeutas (N=6) a avaliar a versão desktop para profissionais, e jovens adultos estudantes de ensino superior (N=22) a avaliar a versão mobile para clientes. Resultados: Os psicoterapeutas observaram o alto potencial de aplicação e a facilidade de uso e acesso, com preocupações sobre confidencialidade, desenvolvimento e conteúdos. Valorizaram também o design e recursos, alertando para problemas técnicos, de usabilidade e de privacidade. Os clientes apreciaram a praticidade e funcionalidades integradas, exprimindo outras funcionalidades necessárias. Salientaram a intuição, design, utilidade, linguagem e valor terapêutico, mas também preocupação com os problemas técnicos, dificuldades de navegação, falta de recursos e questões de design. Discussão: Os resultados obtidos salientam a utilidade e usabilidade da plataforma *Skype* para terapeutas e clientes, nomeadamente jovens estudantes de ensino superior. Palavras-chave: plataforma apoio psicoterapêutico, jovens adultos estudantes de ensino superior, avaliação qualitativa, utilidade

Simpósio 4 - Capacitar para a Saúde Mental

Coordenadora e moderadora: Anabela Pereira, Departamento De Psicologia, Universidade de Évora

Objetivos: O simpósio tem como finalidade apresentar e discutir diferentes abordagens de capacitação orientadas para a promoção da saúde mental em contextos académico e comunitário. Pretende-se evidenciar práticas e modelos baseados em evidência científica.

Relevância: A capacitação em saúde mental é uma estratégia fundamental no apoio psicológico e intervenções preventivas alicerçados no modelo cognitivo-comportamental.

Sumário: Os três primeiros trabalhos relatam os resultados de programas de intervenção enquanto que os dois últimos apresentam propostas de investigação. O primeiro estudo “Suporte de Pares em Saúde Mental no Ensino Superior: perfil dos estudantes voluntários” caracteriza os participantes voluntários num programa de capacitação, analisando motivações, expectativas e competências desenvolvidas. O segundo “*Biofeedback* e intervenção na Saúde Mental em Universitários” explora o seu uso como ferramenta de autorregulação psicofisiológica, como frequência cardíaca, respiração e temperatura. O terceiro “4YourMind – Lidar com a Ansiedade: Um Programa de Prevenção de Problemas de Ansiedade de Estudantes Universitários”, descreve um programa dirigido a uma população não clínica. O quarto e quinto estudo desafiam nos com propostas de intervenções muito específicas associadas à doença. A “Validação de um Programa de Intervenção iCBT para a Depressão e a Ansiedade”, recorre a um programa digital alicerçado na intervenção cognitivo-comportamental. Por fim a comunicação “Saúde mental e intervenção artístico-expressiva em mulheres cabo-verdianas em tratamento oncológico em Portugal” apresenta uma proposta de intervenção baseada em práticas artístico-expressivas, usando a arte como veículo terapêutico, facilitador da expressão emocional, da resiliência e da construção de sentido face à experiência de doença.

1. Suporte de Pares em Saúde Mental no Ensino Superior: perfil dos estudantes voluntários

Daniel Marrinhas, Anabela Pereira, Lara Pinho, Ana Catarina Salvado, Maria João Carapeto, Ana Morais & João Nabais

daniel.marrinhas@uevora.pt

Introdução. A pandemia de COVID-19 agravou a saúde mental dos estudantes do Ensino Superior, motivando a criação de respostas para fazer face às dificuldades. A maioria dos estudantes considera recorrer aos seus pares para lidar com as suas dificuldades, reforçando a necessidade de se criarem redes de suporte capacitadas. O objetivo deste estudo é caracterizar os participantes de um programa de capacitação de pares em saúde mental desenvolvido para estudantes do ensino superior. Método. Foi usado um design descritivo e transversal. A amostra incluiu 39 estudantes da Universidade de Évora. Foi administrado um protocolo de caracterização dos participantes que abrange variáveis demográficas, académicas e de saúde mental e literacia. Os dados foram recolhidos através da plataforma *LimeSurvey*. Resultados. A maioria dos estudantes eram do sexo feminino (89,7%), com idades compreendidas entre 18 e 24 anos (87,2%) e naturalidade portuguesa (76,9%). Academicamente, a maioria está inscrita em cursos pertencentes às Ciências Sociais e do Comportamento (66,7%) e em licenciatura (71,8%). Relativamente à saúde mental, 43,6% já foi diagnosticado com doença mental. Os diagnósticos mais comuns foram ansiedade e/ou depressão (33,3%). Discussão. Os resultados permitem traçar um perfil dos estudantes que frequentaram o Programa, e sendo discutidas hipóteses explicativas sobre as motivações para a frequência do Programa. São apresentadas implicações para estudos futuros.

2. Biofeedback e intervenção na Saúde Mental em Universitários

Ana Rita Oliveira¹, Anabela Pereira¹ & Maria João Carapeto²

¹ Universidade de Évora, CIEP, Portugal

² Universidade de Évora, CRHC, Portugal

ritaoliveira25@gmail.com

Ansiedade e depressão nos alunos do ensino superior têm vindo a aumentar, incentivando a investigação na etiologia, na sintomatologia e nas estratégias de intervenção merecendo particular ênfase o uso do *Biofeedback* (BFB). O presente trabalho tem como objetivo avaliar a eficácia de um programa de intervenção com o BFB. O estudo do tipo quasi-experimental, utilizou o *Biofeedback 2000x-pert* (Schuhfried) que possui vários módulos que permitem medir/registar, processar, digitalizar e representar os parâmetros fisiológicos de forma gráfica (e.g., frequência cardíaca, pressão galvânica da pele e temperatura). O programa BFB foi aplicado a 18 estudantes de ambos os géneros com sintomatologia ansiosa e distribuídos por dois grupos: um experimental (GE) que participou em oito sessões de BFB, e um de controlo (GC). Os resultados indicaram, que o grupo experimental revelou após a intervenção uma redução da ansiedade, com efeitos mais modestos na depressão e no distress, em comparação com o grupo de controlo, que apresentou um aumento nos sintomas. Esta investigação contribuiu para um maior conhecimento da saúde mental universitária e destacou o potencial do BFB como uma ferramenta eficaz no apoio à gestão de sintomas de ansiedade em estudantes.

3. 4YourMind – Lidar com a Ansiedade: Um Programa de Prevenção de Problemas de Ansiedade de Estudantes Universitários

Maria João Carapeto^{1,2,3}, Anabela Pereira^{1,3,4}, Isabel Pires⁴ & Marta Pé Curto⁴

¹ Universidade de Évora, Departamento de Psicologia

² CHRC – Comprehensive Health Research Center, Universidade de Évora

³ Serviço de Extensão à Comunidade em Psicologia (Sec-Psi), Escola de Ciências Sociais, Universidade de Évora

⁴ CIEP – Centro de Investigação em Educação e Psicologia, Universidade de Évora

mjcarapeto@uevora.pt

A presente comunicação tem como objetivo apresentar e avaliar um programa de prevenção universal de problemas de ansiedade em estudantes universitários. Enquadrado no âmbito do Serviço de Extensão à Comunidade em Psicologia (Sec-Psi), o programa baseou-se na perspetiva cognitivo comportamental e numa abordagem transdiagnóstico da intervenção psicológica, integrou elementos associado às intervenções preventivas mais efetivas e características desenvolvimentais deste período da vida. Em quatro sessões semanais, competências e conhecimentos foram trabalhados: (1) literacia e autoavaliação; (2) reestruturação cognitiva; (3) estratégias comportamentais para regulação de dimensões fisiológicas da ansiedade; (4) exposição e competências de primeira ajuda. Para avaliação do impacto do programa foram aplicadas medidas de ansiedade, autorregulação das sensações corporais, reavaliação cognitiva, literacia e bem-estar, a dois grupos de estudantes de 1º ano (grupos de intervenção e controlo, respetivamente; N = 67), antes e após a intervenção. A satisfação com a intervenção foi também avaliada no final da intervenção (só grupo de intervenção). Os resultados indicaram redução dos níveis de ansiedade e melhoria da reavaliação cognitiva e da literacia no grupo de intervenção, que fez uma avaliação muito positiva do programa em todas as dimensões avaliadas. Os resultados obtidos encorajam a reedição do programa.

4. Validação de um Programa de Intervenção iCBT para a Depressão e a Ansiedade

Catarina Cangarato Paixão, José Maria Fialho & Anabela Pereira

catarinacangarato@gmail.com

"Verifica-se o aumento de estudantes universitários com problemáticas de saúde mental, tais como a ansiedade, depressão, questões relacionadas com o humor, stress e outras complicações psicológicas. Assim, é essencial que a investigação se debruce sobre a criação de ferramentas que ajudem a intervir com esta população. É objetivo deste estudo experimental quantitativo randomizado adaptar e validar um programa de intervenção iCBT para a prevenção de sintomas de depressão e ansiedade, direcionado a estudantes universitários portugueses. Na avaliação do programa antes, depois e no *follow up* serão aplicados os instrumentos: Inventário de Ansiedade de Beck; Inventário de Depressão de Beck-II; Escala de Ajustamento ao Trabalho e Social e o Questionário de Satisfação do Cliente. Espera-se validar a intervenção iCBT para estudantes universitários portugueses e a sua eficácia na redução de sintomas de depressão e ansiedade e melhoria da funcionalidade diária. É esperado verificar satisfação elevada na participação do programa e a manutenção da redução de sintomas ao longo do tempo. Pretende-se contribuir para além da validação deste tipo de programas Cognitivo-Comportamentais, acrescentando o valor de ser uma intervenção iCBT, intervir na prevenção da depressão e ansiedade e criar ferramentas baseadas na evidência científica úteis para prática clínica e para a promoção do bem-estar dos jovens universitários.

5. Saúde Mental e Intervenção artístico-expressiva em mulheres cabo-verdianas em tratamento oncológico em Portugal

Aline da Silva Dias Maia^{1,2}, Graça Duarte Santos^{1,3}, Anabela Pereira³ & Maria Inês Varela-Silva^{4,5}

¹Universidade de Évora – Portugal

²Comprehensive Health Research Centre (CHRC)

³Centro de Investigação em Educação e Psicologia (CIEP)

⁴Universidade de Loughborough – Reino Unido

⁵Society for the Study of Human Biology (SSHB)

d56857@alunos.uevora.pt

Introdução: As doenças oncológicas afetam significativamente a saúde física e mental dos pacientes, com impactos negativos na qualidade de vida e bem-estar. Estudos indicam que intervenções artísticas podem reduzir o stress e a ansiedade em pacientes oncológicos. Alinhada às recomendações da Organização Mundial da Saúde (OMS), este projeto de investigação pretende avaliar o contributo das intervenções psicológicas de mediação artístico-expressiva na promoção da saúde e bem-estar de mulheres cabo-verdianas com cancro em tratamento em Portugal, a partir de uma perspetiva biopsicossocial. **Metodologia:** A presente investigação recorre a métodos mistos, a qual está sendo operacionalizada com base em três estudos: (1) Revisão sistemática das evidências científicas sobre intervenções artísticas em mulheres com cancro; (2) Estudo de Caracterização com análise transversal das dimensões de sofrimento psicológico, saúde e bem-estar em mulheres com cancro ativo em Portugal e (3) Estudo de Intervenção artística para mulheres cabo-verdianas com cancro. **Conclusão:** Este estudo pretende contribuir para um maior conhecimento em Psico-Oncologia e em particular sobre o impacto das intervenções artísticas em populações oncológicas, promovendo uma abordagem integrativa e culturalmente sensível para o tratamento do cancro.

Simpósio 5- Do trauma e da vinculação ao comportamento agressivo

Coordenadora e moderadora: Diana Moreira; Professora Auxiliar Convidada da Universidade Católica Portuguesa de Braga

As experiências adversas na infância (EAI) surgem como um fator central na compreensão de diversos padrões de funcionamento emocional e relacional na idade adulta. A investigação apresentada destaca como estas experiências precoces influenciam o desenvolvimento de estilos de vinculação inseguros, os quais, por sua vez, estão associados à propensão para comportamentos agressivos, sobretudo no contexto de relações de intimidade. A presença de EAI não só afeta a forma como os indivíduos se relacionam, como também compromete a capacidade de regulação emocional, potenciando respostas desajustadas face ao stress e à frustração. Em alguns casos, o consumo de substâncias como o álcool surge como mediador entre a vitimação precoce e a agressividade, funcionando como estratégia disfuncional de regulação emocional. A articulação entre estas variáveis permite uma leitura mais integrada dos mecanismos de risco que podem conduzir à reprodução da violência em contexto interpessoal. Paralelamente, evidencia-se a importância da consciência sobre estas vivências e da reflexão crítica como ponto de partida para a transformação pessoal. O autoconhecimento emerge, assim, como ferramenta essencial para a superação de padrões negativos e para o fortalecimento de competências emocionais, permitindo que a dor do passado se transforme em oportunidade de crescimento e mudança.

1. A Jornada do Autoconhecimento: Vivências e Superações

Diana Moreira¹

¹Universidade Católica Portuguesa, Portugal

dimoreira@ucp.pt

Introdução: O autoconhecimento é um processo essencial de desenvolvimento pessoal, permitindo a integração de experiências emocionais, a (re)construção da identidade e a promoção do bem-estar. A reflexão sobre vivências passadas, especialmente aquelas marcadas por adversidade, pode desencadear mudanças significativas na forma como o

indivíduo se relaciona consigo mesmo e com os outros. Método: A presente comunicação assenta numa análise teórica e reflexiva, sustentada por literatura científica e pela experiência subjetiva enquanto fonte de conhecimento. A abordagem privilegia o debate conceptual sobre os mecanismos psicológicos envolvidos no processo de autoconhecimento. Resultados: Evidencia-se que o confronto com desafios emocionais pode tornar-se uma via de crescimento pessoal. A escuta interna, a validação emocional e a construção de uma narrativa mais compassiva emergem como dimensões fundamentais do processo. Competências como a autorregulação emocional, a resiliência e a capacidade de ressignificar experiências adversas são identificadas como efeitos do autoconhecimento. Discussão: O percurso de autoconhecimento, embora não linear, revela-se transformador. Ao reconhecer limites e potencialidades, o indivíduo pode desenvolver uma vivência mais autêntica e coerente. Este caminho contínuo potencia a saúde emocional e a construção de relações mais saudáveis.

2. Experiências adversas na infância, estilos de vinculação e violência nas relações de intimidade

Beatriz Sampaio¹

¹Universidade Católica Portuguesa, Portugal

s-bisampaio@ucp.pt

Introdução: A infância é uma etapa fundamental no desenvolvimento humano, sendo os cuidadores figuras-chave neste processo. A vivência de adversidades nesta fase pode comprometer o desenvolvimento, influenciando negativamente a saúde e os comportamentos na vida adulta. Estas experiências estão frequentemente associadas a estilos de vinculação inseguros que podem estar na base da perpetração de violência nas relações de intimidade. Assim, este estudo procura explorar a relação entre Experiências Adversas na Infância (EAI), Estilos de Vinculação (EV) e Violência nas Relações de Intimidade (VRI). Método: O presente estudo apresenta uma revisão integrativa da literatura científica, centrada em investigações que exploram as EAI, EV e VRI, com o objetivo de sintetizar evidências da interligação destas variáveis e aprofundar a compreensão do seu impacto ao longo do desenvolvimento individual. Resultados: A exposição a EAI associa-se a EV inseguros, que, por sua vez, são um preditor significativo de VRI na idade adulta. Por outro lado, a vinculação segura assume um papel protetor. Discussão: Compreender a relação entre EAI, EV e VRI contribui para o avanço teórico da Psicologia e permite sustentar a elaboração de intervenções mais eficazes, orientadas para a promoção de vínculos seguros e a prevenção de comportamentos violentos nas relações íntimas.

3. Entre traumas e vínculos: O caminho da vitimação à agressão

Daniela Silva¹

¹Universidade Católica Portuguesa, Portugal

s-danalvsilva@ucp.pt

Introdução: Este estudo explorou as interações entre experiências adversas na infância (ACEs), estilos de vinculação e consumo de álcool, e o modo como contribuem para o surgimento de comportamentos agressivos na idade adulta. Evidencia-se que as ACEs comprometem vínculos emocionais seguros e favorecem estratégias de regulação emocional desadaptativas, como o abuso de substâncias, que amplificam a agressividade. A questão de investigação centrou-se na forma como estas variáveis se articulam ao longo do desenvolvimento e influenciam a transição da vitimização para a

agressão. A teoria da vinculação, em articulação com modelos neuropsicológicos, de aprendizagem social e com o conceito de identificação com o agressor, fundamentou a análise teórica. Método: Recorreu-se a uma revisão sistemática da literatura/integrativa da literatura. A análise identificou padrões explicativos relevantes, destacando variáveis que influenciam o risco de agressividade, como a vinculação insegura ansiosa ou evitante e o início precoce do consumo de álcool. Resultados: Observa-se que as ACEs estão associadas a estilos de vinculação inseguros que, combinados com o álcool, comprometem a autorregulação emocional e aumentam a probabilidade de comportamentos agressivos. Discussão: A articulação destas variáveis favorece uma compreensão do ciclo da violência e reforça a importância de intervenções psicoterapêuticas informadas pelo trauma, com impacto significativo na prática psicológica.

4. Influência das experiências adversas na infância, dos estilos de vinculação e da regulação emocional no comportamento agressivo

Diana Antunes¹

¹Universidade Católica Portuguesa, Portugal

s-dfpantunes@ucp.pt

Introdução: O presente estudo explorou a relação entre experiências adversas na infância (ACEs), estilos de vinculação (EV) e regulação emocional (RE) em comportamentos agressivos em adultos. A partir da teoria da vinculação, do modelo de regulação emocional de Gross e do modelo geral da agressão, argumenta-se que as ACEs prejudicam a formação de vínculos seguros e dificultam a RE, promovendo comportamentos agressivos em contextos interpessoais. Método: Foi realizada uma revisão integrativa da literatura científica, sendo que esta análise focou-se em estudos que exploram a relação entre adversidades precoces, padrões de vinculação e dificuldades de RE e agressividade. Foram privilegiados modelos teóricos e estudos empíricos da psicologia do desenvolvimento e da psicologia clínica. Resultados: As ACEs encontram-se associadas a EV inseguros e a défices de RE, promovendo reações impulsivas, dificuldades em ultrapassar frustrações e a tendência a interpretar os outros como ameaças. Estas vulnerabilidades aumentam a probabilidade de comportamentos agressivos na adultez. Discussão: A análise teórica sublinha as ACEs como fator de risco para a agressividade, mediado por EV inseguros e dificuldades de RE. Intervenções clínicas com foco na história de vida e a promoção de competências emocionais podem ser eficazes na prevenção da agressividade e na promoção do bem-estar psicológico.

5. Feridas Silenciosas: A Herança Psicológica da Adversidade Infantil na regulação emocional e no estilo de vinculação

Filipe Araújo¹

¹Universidade Católica Portuguesa, Portugal

s-faaraujo@ucp.pt

Introdução: As experiências precoces moldam, de forma profunda e complexa, a forma como nos relacionamos connosco próprios, com os outros e com o mundo. Quando essas vivências são marcadas por adversidade, como abuso, negligência ou instabilidade familiar, deixam frequentemente marcas silenciosas que se prolongam ao longo da vida, influenciando a qualidade das relações afetivas e a forma como os indivíduos lidam com os seus estados emocionais. Este estudo procura explorar de que modo as experiências

adversas na infância (ACEs) se relacionam aos estilos de vinculação na idade adulta e às dificuldades de regulação emocional. Método: Adotando uma abordagem teórica e reflexiva, este estudo apresenta uma análise da literatura recente, recorrendo à abordagem de revisão narrativa com seleção crítica de estudos empíricos e teóricos. Resultados: Os dados indicam uma associação entre ACEs e vinculação insegura, a qual está, por sua vez, ligada a dificuldades na regulação emocional, constituindo fatores de risco para psicopatologia. A vinculação segura emerge como fator protetor, potenciando estratégias regulatórias adaptativas. Discussão: Estes dados destacam a relevância da intervenção precoce e da promoção de relações seguras no desenvolvimento infantil, sublinhando implicações para a Psicologia da Saúde, particularmente na prevenção da transmissão intergeracional do trauma e na construção de práticas clínicas sensíveis ao vínculo.

Simpósio 6 - Intervenção psicológica na demência: da redução do risco e atraso dos sintomas à dignidade nos cuidados.

Coordenadora: Rosa Marina Afonso, RISE-Health, Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior

Moderadora: Maria Miguel Barbosa, CICS-UBI, RISE-Health, m.barbosa.costa@ubi.pt de Psicologia e Educação, Universidade da Beira Interior

Este simpósio pretende apresentar e discutir abordagens sobre a compreensão e intervenção psicológica em configurações de demência, focando-se na redução do risco, no atraso de sintomas, intervenções clínicas e promoção de cuidados dignos à pessoa com demência. A demência é uma condição neurodegenerativa com uma prevalência crescente. O desenvolvimento de investigação e intervenções psicológicas para melhorar a qualidade de vida de pessoas com demência e seus cuidadores, promoção de estratégias de prevenção e atraso da progressão dos sintomas e formas de garantir cuidados dignos representam um relevante campo no âmbito da psicologia clínica e da saúde. Este simpósio apresenta comunicações sobre (1.) o desenvolvimento de Programa de estimulação cognitiva (PIEC); (2) a adaptação de programa de prevenção do deterioro cognitivo (REMINDER) para contextos de prestação de cuidados (REMINDER4Care); (3) estudo sobre conhecimentos que os intervenientes nos cuidados à pessoa com demência têm sobre abordagens não-farmacológicas; (4.) um estudo sobre intervenção clínica de reminiscência com realidade virtual e (5.) a construção de um guião de entrevista para a compreensão do papel dos cuidados de imagem na pessoa com demência. Com este simpósio pretende-se aprofundar e estimular o desenvolvimento científico da compreensão da experiência psicológica de demência e promoção da dignidade humana.

1. Protocolo Individual de Estimulação Cognitiva (PIEC): princípios e metodologia de aplicação

Susana Duarte¹

¹Instituto São João de Deus, Portugal

psic.sduarte2009@gmail.com

O Protocolo Individual de Estimulação Cognitiva, surgiu da necessidade de intervenção na população adulta e idosa com alterações dos diferentes domínios cognitivos, na sequência de doenças neurodegenerativas, Acidentes Vasculares Cerebrais, entre outras. Foi desenvolvido para ser aplicado sobretudo em Unidades de Cuidados Continuados Integrados (Convalescença, Média e Longa duração) e Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas.

Para a criação do Protocolo Individual de Estimulação Cognitiva – PIEC, foi realizada uma revisão sistemática acerca do tema, tendo sido identificadas diferentes necessidades e características. Com base nesta revisão foi construído um protocolo com capacidade de se ajustar às diferentes necessidades e especificidades de cada pessoa. O PIEC tem como objetivos: estimular e manter a memória, atenção/concentração, linguagem, cálculo, função visuo-espacial, orientação espaciotemporal, raciocínio lógico, criatividade, gnosias e inteligência emocional. Com vista à melhoria da qualidade de vida e da autonomia, sem negligenciar as competências associadas à inteligência emocional, autoestima, a autoeficácia e promover um sentimento de realização pessoal e bem-estar emocional. O PIEC é uma ferramenta que inclui uma série de recursos e estratégias que se ajustam a cada pessoa e que acompanha a evolução do cliente ao longo do tempo, possibilitando uma avaliação qualitativa com o foco nas necessidades e especificidades do cliente.

2. Do REMINDER para o REMINDER4Care: Considerações sobre o estudo de viabilidade e construção da versão adaptada

Catarina Baptista^{1,2}, Ana Rita Silva^{1,2}, Margarida Pedroso de Lima, Margarida^{1,2} & Rosa Marina Afonso³

¹Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal

²Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo-Comportamental (CINEICC), Coimbra, Portugal

³RISE-Health, Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal

catarinabelobaptista23@gmail.com

A demência pode afetar 153 milhões de pessoas até 2050, porém 45% dos casos podem ser prevenidos com mudanças no estilo de vida. O REMINDER, baseado em intervenções multidomínio como o FINGER, foi desenvolvido para a comunidade. Este estudo descreve a aplicação do REMINDER em ERPI e o desenvolvimento do REMINDER4Care. O estudo de viabilidade compreendeu adultos em ERPI, sem demência. O REMINDER integra estratégias cognitivo-comportamentais e promoção de estilos de vida saudáveis. Avaliou-se a viabilidade (adesão e satisfação) e a eficácia preliminar (estilo de vida, cognição, estado emocional). Com base nos resultados, desenvolveu-se o REMINDER4Care, adaptado ao contexto institucional, e avaliado por especialistas na área em grupos focais. O estudo incluiu 27 participantes de 4 ERPIs (M idade = 83,9 anos; M escolaridade = 6,19 anos). A taxa de recrutamento foi de 37,5% e a adesão de 92,6%. Após o REMINDER, houve melhorias significativas nas funções cognitivas. A baixa escolaridade e idade avançada limitaram a elegibilidade, mas a elevada adesão e satisfação indicam a viabilidade do REMINDER em ERPI. Ajustes, como simplificar a linguagem e fornecer suporte auditivo e visual, são essenciais para garantir a acessibilidade. Estes resultados destacam a necessidade de adaptar programas de prevenção da demência ao contexto. Estudos futuros vão testar a eficácia do REMINDER4Care em ERPI, através de um RCT.

3. Abordagens Não-Farmacológicas na Demência: conhecimento dos Intervenientes na Prestação de Cuidados

Filipa Moura Nicolau¹, Rosa Marina Afonso^{1,2}, Maria da Assunção Vaz Patto^{1,3}, Ana Paula Martins^{1,4} & Diana Batista da Costa¹

¹Universidade da Beira Interior, Portugal

²RISE-Health, Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal

³RISE-Health, Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade da Beira Interior, Covilhã,

Portugal

⁴CMA-UBI Center of Mathematics and Applications of the University of Beira Interior, Covilhã, Portugal

filipa.m.nicolau@gmail.com

A Demência é uma patologia neurológica que provoca declínio em domínios cognitivos, comportamentais, psicológicos e fisiológicos, e é uma das maiores causas de incapacidade e dependência nas pessoas idosas em todo o mundo. A importância das abordagens não-farmacológicas é apoiada por evidências que atestam a sua eficácia no bem-estar e qualidade de vida das Pessoa com Demência (PcD) e seus cuidadores. Este estudo, integrado no *Linking Dementia Care Project*: Articulação da Psicologia Clínica com a Medicina nos cuidados à PcD, tem como objetivo descrever e comparar o conhecimento de médicos, psicólogos e cuidadores informais de PcD, sobre Abordagens Não-Farmacológicas e Intervenções da Psicologia Clínica e da Saúde, para os sintomas da Demência. Os dados foram recolhidos através do preenchimento dos questionários “Conhecimento sobre Abordagens Não-Farmacológicas” e “Conhecimento sobre Intervenções da Psicologia Clínica e da Saúde. Participaram 171 pessoas, psicólogos (N=52), médicos (N=73) e cuidadores (N=46). Os resultados destacam a necessidade de desenvolvimento de ferramentas para aumentar a literacia e uniformizar o conhecimento das pessoas envolvidas na configuração de cuidados à PcD, quanto às abordagens não-farmacológicas. Os resultados destacam a necessidade de desenvolvimento de estratégias e modelos que permitam otimizar a utilização das abordagens não-farmacológicas no âmbito da PCS.

4. “Recuerda y comparte”: Estudo piloto de um programa de reminiscência baseada em locais com realidade virtual

Mariana Figueiredo¹, Enrique Pérez-Sáez², Tania Josan Lalgí^{3,4}, Rosa Marina Afonso⁵, Ana Paula Amaral^{5,6,7} & Carmen Pérez González⁸

¹Departamento de Psicologia e Educação, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal

²Centro de Referencia Estatal de atención a personas con enfermedad de Alzheimer y otras demencias - Imsero, España

³Clinic for Psychosomatic Medicine and Psychotherapy, LVR-University Hospital Essen, University of Duisburg-Essen, Essen, Germany

⁴Center for Translational Neuro- and Behavioral Sciences, University of Duisburg-Essen, Essen, German

⁵RISE-Health, Department of Psychology, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal

⁶University of Coimbra, Research Center for Neuropsychology and Cognitive Behavioral Intervention(CINEICC), Faculty of Psychology and Education, Coimbra, Portugal.

⁷University of Coimbra, PsyAssessmentLab, Faculty of Psychology and Educational Sciences (FPCE-UC), Coimbra, Portugal

⁸Universität Wuppertal, German

mariana.figueiredo@ubi.pt

A reminiscência visa estimular a recuperação de memórias autobiográficas, utilizando estímulos que facilitam esse processo. A incorporação de tecnologias imersivas, como a Realidade Virtual, tem se mostrado mais eficaz do que métodos não digitais, aumentando o envolvimento na terapia, promovendo um significado pessoal mais significativo e facilitando o desenvolvimento de intervenções centradas na pessoa, adaptadas aos seus interesses e preferências. A presente comunicação visa apresentar o desenho do estudo “Recuerda y comparte” que tem como objetivo (1) construir um programa de reminiscência baseada em locais com realidade virtual a implementar a pequenos grupos de adultos mais velhos de um

Centro de Investigação de Alzheimer e outras demências em Salamanca e (2) dar continuidade ao projeto de investigação *Golden Memories*. O programa “*Recuerda y Comparte*” procura melhorar o bem-estar de pessoas com demência ou declínio cognitivo e consiste na realização de exercícios de reminiscência através de visitas virtuais a lugares ligados à história de vida da pessoa. O impacto do programa será avaliado através de medidas de autorrelato e observação. Pretende-se realizar um estudo piloto para identificar melhorias no programa e propor diretrizes para a conceção, desenvolvimento e implementação de programas de reminiscência com realidade virtual.

5. Personhood e Cuidados de Imagem: construção de um Guião de Entrevista

Miriam S. Nunes¹, Maria Miguel Barbosa^{1,2,3} & Rosa Marina Afonso²

¹Departamento de Psicologia e Educação, Universidade da Beira Interior (Portugal)

²CICS- Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal

³RISE-Health, Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal

miriam.nunes@ubi.pt

Numa sociedade cada vez mais envelhecida, o número de pessoas com demência tem aumentado. A demência afeta não só as capacidades motoras e cognitivas, mas também a *personhood*, ou seja, a perceção de identidade e dignidade dos indivíduos. Muitas vezes, estas pessoas são marginalizadas pela sociedade devido à perceção da forma como se cuidam e excluídas da tomada de decisão sobre os seus próprios cuidados, o que pode trazer repercussões na sua qualidade de vida e dignidade. Este estudo pretende construir um guião de entrevista que permita explorar se os cuidados de imagem são mantidos e valorizados e qual a sua relação com a *personhood*. O guião construído, para aplicação a pessoas com demência em fase leve explora o papel dos cuidados de imagem na forma como a pessoa se sente, a forma como são ou não realizados e o seu impacto. Pretende-se que a análise de conteúdo resultante da aplicação do guião semiestruturado contribua para a compreensão do funcionamento psicológico das pessoas com demência através da forma como são cuidadas, ou não, e da sua imagem física. Pretende-se, ainda, contribuir para o avanço do conhecimento científico e adoção de práticas centradas na pessoa de forma a promover cuidados mais humanizados e eficazes.

6. Remembering Together in Dementia: reminiscência conjunta com casais com membro com demência

Emília Vergueiro¹, Maria Beatriz Santos², Sandrina Rodrigues¹ & Rosa Marina Afonso^{2,3}

¹Centro de Apoio Alzheimer Viseu, Viseu, Portugal

²Departamento de Psicologia e Educação, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal

³RISE-Health, Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal

emilia.vergueiro@gmail.com

Com o envelhecimento da população constata-se um exponencial aumento de casos de demência e as terapias não farmacológicas têm vindo a ser desenvolvidas, nomeadamente as intervenções psicossociais. A reminiscência é uma dessas intervenções que se reporta ao processo dinâmico de recuperação e construção de significados dos acontecimentos autobiográficos significativos. No âmbito desta terapia, uma das modalidades é reminiscência conjunta de pessoas com demência e seus cuidadores. O presente estudo tem como objetivo desenvolver um programa de reminiscência entre pessoas com demência e cônjuges em grupo e analisar o impacto da participação na intervenção. Participaram neste estudo 4

casais, utentes de centro comunitário de apoio a pessoas com demência, com idade média de 73 anos (DP= 8,21), em que um dos cônjuges tinha o diagnóstico de demência. Os resultados sugerem alguns benefícios tanto para a pessoa com demência como para o cônjuge, nomeadamente ao nível da identidade e dignidade na relação entre o casal. Contudo, trata-se de um estudo exploratório, com importantes limitações metodológicas, sendo necessário analisar o programa com um desenho metodológico mais robusto.

Simpósio 7 - A Psicologia Clínica e da Saúde face aos desafios migratórios e interculturais contemporâneos

Coordenadora: Ieda Franken - Universidade Federal da Paraíba/BR, & CEMRI/UAb/Portugal

Moderadora: Natália Ramos - Universidade Aberta, & CEMRI/UAb/Portugal

1. Estudantes em Mobilidade Internacional no Ensino Superior, Adaptação e Saúde Mental

Natália Ramos ^{1,2} & Maria da Conceição Pereira Ramos ^{2,3}

¹Universidade Aberta

²CEMRI,UAb, Portugal

³FEP, Universidade do Porto

cramos@fep.up.pt

O aumento dos estudantes em mobilidade internacional no ensino superior, nomeadamente em Portugal, coloca novos desafios às sociedades e instituições. Diferentes estudos constatarem diminuição no bem-estar psicológico dos estudantes universitários e falta de apoio psicológico das instituições universitárias, existindo poucas pesquisas sobre as dificuldades dos que estão em mobilidade internacional e sobre a sua saúde mental e adaptação. Além da barreira comunicacional, estes estudantes enfrentam desafios de aculturação, adaptação psicológica e social e, por vezes, stress de aculturação, podendo afetar o seu bem-estar e saúde. Objetiva-se compreender a mobilidade internacional de estudantes universitários, dificuldades e impactos na adaptação, saúde mental, percurso académico e resposta das instituições universitárias. Para além de revisão de literatura e de estudos empíricos, apresentam-se políticas de acolhimento e integração, bem como resultados de pesquisa qualitativa através de 11 entrevistas semiestruturadas sobre estudantes internacionais na Universidade do Porto. A saúde psicológica e adaptação sociocultural destes estudantes precisam ser promovidas para garantir integração e sucesso escolar noutro país e potencializar conhecimentos adquiridos. As instituições de ensino superior devem fornecer apoios e recursos a estes estudantes, facilitar ajustamento emocional e cultural e educação de qualidade promotora de desenvolvimento integral num mundo aberto e mercado global."

2. Impactos da migração internacional na saúde mental e qualidade de vida de estudantes brasileiros

Ieda Franken^{1,2} & Natália Ramos^{2,3}

¹ Universidade Federal da Paraíba/BR,

¹CEMRI/UAb, Portugal

³Universidade Aberta

iedafranken@gmail.com

Esta pesquisa insere-se no âmbito dos estudos sobre processos migratórios que envolvem o fenómeno da mobilidade estudantil internacional. Este trabalho constitui parte de uma

investigação mais ampla acerca da migração internacional de discentes brasileiros, com o objetivo de analisar impactos da migração internacional na saúde mental e qualidade de vida destes estudantes. Neste caso, com discentes que se deslocaram para o Canadá. Realizou-se um estudo de campo de natureza qualitativa, fundamentado na Psicologia Clínica. Utilizou-se a entrevista semiestruturada para a coleta de dados, e a análise do discurso como método de análise dos dados, pois permite compreender em profundidade a realidade psicológica e social, manifestada pela formação discursiva individuais. O método de bola de neve foi utilizado para compor a amostra, até atingir o ponto de saturação. Participaram nove indivíduos, do sexo masculino e feminino, casados, oito deles com filhos. Todos os entrevistados declararam professar uma religião e terem planejado sua imigração com suporte financeiro e assessoria especializada para ingressar em *colleges* ou universidades canadenses como estudantes imigrantes, obtendo o direito de trabalhar até vinte horas semanais. Reportaram intenso sofrimento emocional no início da experiência, contudo, afirmam vivenciar atualmente, uma satisfatória saúde mental e qualidade de vida. Cientes desta pequena amostra, recomenda-se estudos mais amplos.

3. Estudantes internacionais em tempos pandêmicos – Ampliando intervenções em Roda de Conversa online

Ieda Franken^{1,2} & Natália Ramos^{2,3}

¹ Universidade Federal da Paraíba/BR,

²CEMRI/UAb, Portugal

³Universidade Aberta

iedafranken@gmail.com

Este estudo qualitativo delineia uma intervenção técnico-científica inovadora em Psicologia Clínica, utilizando a Roda de Conversa como instrumento metodológico de recolha de dados. Estruturou-se uma Roda de Conversa na Universidade para estudantes estrangeiros imigrantes recém-chegados ao Brasil, um mês antes do início da crise pandêmica de 2020. A iniciativa proporcionou um espaço sistemático de escuta qualificada, reflexão e acolhimento, visando mitigar o isolamento e as angústias decorrentes do distanciamento familiar, do insuficiente domínio da língua portuguesa, das dificuldades académicas por carência de equipamentos tecnológicos adequados ao ensino remoto e da escassez de produtos básicos. Expandiram-se os objetivos originais do instrumento, planeando e implementando estratégias que envolveram a comunidade académica e não académica no suporte a esses discentes. Foram promovidos apoio psicológico e material, como doação e distribuição de cestas básicas, vestuário, roupas de cama, colchões e computadores usados, direcionados aos mais necessitados. Conclui-se que a flexibilidade e a reorientação dos objetivos da Roda de Conversa responderam ao ser humano na sua integralidade, promovendo bem-estar e alívio ao sofrimento psíquico. Avaliada como estratégia bem-sucedida pelos participantes, esta experiência espera contribuir para o planeamento, implementação e avaliação de novas práticas profissionais para o enfrentamento do sofrimento humano na sua multidimensionalidade."

4. Saúde Mental e Qualidade de Vida dos Migrantes em Contexto de Pandemia

Natália Ramos^{1,2} & Maria da Conceição Pereira Ramos^{2,3}

¹Universidade Aberta

²CEMRI/UAb/Portugal

³FEP/Universidade do Porto

maria.amos@uab.pt

As migrações internacionais e relações interculturais e interpessoais, têm vindo a intensificar-se, diversificar-se e complexificar-se, devido ao aumento da globalização e das

diferentes mobilidades, às crises e tensões socioeconómicas e políticas, conflitos, guerras e fenómenos como a grave crise sanitária e social de Covid-19, colocando múltiplos desafios e exigindo novas abordagens, competências e políticas, ao nível social, cultural, comunicacional, psicológico e sanitário. A pandemia de Covid-19 e as medidas para a combater colocaram desafios individuais e coletivos, riscos à saúde mental, qualidade de vida e bem-estar psicossocial das populações, bem como à informação e comunicação intercultural em saúde e à intervenção no âmbito da psicologia clínica e da saúde. Esta proposta de trabalho propõe-se analisar e discutir, numa perspetiva nacional e internacional, e através de pesquisa bibliográfica e documental, impactos e desafios no bem-estar, qualidade de vida e saúde psicológica e estratégias e políticas de prevenção e intervenção desenvolvidas. Da pesquisa concluiu-se que este problema global de saúde pública, acentuou exclusões e desigualdades sociais, económicas e de saúde, agravou condições socioeconómicas e sanitárias de indivíduos e grupos mais vulneráveis, aumentou o stress, os problemas psicossociais e de saúde física e mental, e dificultou o acesso à informação sobre riscos e medidas de proteção em populações mais desfavorecidas, como migrantes e minorias étnicas.

5. Bem-estar psicológico e saúde mental de imigrantes portugueses residentes no México

Charles Da Silva Rodrigues, Paula Figueiredo & Natália Ramos

charles.rodrigues@ugto.mx

A aculturação é um processo de adaptação a uma nova cultura e o impacto deste na saúde mental dos indivíduos. Esta investigação teve como objetivo analisar a influência do processo de aculturação no bem-estar psicológico e saúde mental de imigrantes portugueses que vivem no México. O método utilizado foi de enfoque descritivo e transversal, com desenho misto. Participaram 79 indivíduos, 56 homens e 23 mulheres, com uma média de idade de 44.53 anos. Os instrumentos utilizados tiveram por base as escalas do *MIRIPS* Questionnaire, a EADS e a PANAS, o questionário sociodemográfico e entrevista semiestruturada. Os resultados revelam uma comunidade heterogénea cuja satisfação com a vida está relacionada com o uso de estratégias de aculturação de integração e assimilação, para os trabalhadores qualificados e com boa proficiência do português. Em contraste, indivíduos com trabalho não qualificado, menor proficiência em espanhol e maior discriminação optam pela separação, enquanto os maiores de 60 anos tendem à marginalização. Todas as dimensões de adaptação sociocultural avaliadas influenciam a regulação emocional, porém, o que mais se evidencia é a ansiedade, cujas principais causas são a discriminação percebida e a insegurança. O estudo enfatiza a importância de conhecer as formas de aculturação das comunidades e o impacto na saúde mental, destacando-se a necessidade de intervenção incluindo a perspetiva da psicologia clínica e intercultural.

CAPÍTULO 3 – POSTERS

1. Representações e experiências de mães de adolescentes diagnosticadas com escoliose idiopática

Leonor Algarvio¹, Andreia Soares² & Cláudia Silva³

¹Universidade da Beira Interior, Portugal

²Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenções Cognitivo Comportamentais, Portugal

³Universidade da Beira Interior, Portugal

leonorcalgarvio@gmail.com

A Escoliose Idiopática (EI) é uma deformação complexa da coluna. Surge habitualmente na adolescência, ainda que possa ocorrer na infância. Apesar desta condição e do seu tratamento estarem bem documentados, o estudo científico do impacto psicológico que pode ter nos pais de crianças e adolescentes diagnosticados com EI é recente. O presente trabalho pretende explorar e analisar representações mentais e experiências dos pais de crianças e adolescentes recentemente diagnosticadas com EI. Para tal, recorreu-se a métodos qualitativos de recolha (viz. entrevista semiestruturada) e análise temática de dados fornecidos por mães (N = 6) de utentes do Serviço de Ortopedia Pediátrica do Hospital Pediátrico de Coimbra. Cinco temas principais emergiram: (1) tempo de espera pela consulta especializada longo e de impacto psicológico condicional; (2) predomínio de estratégias de coping focadas no problema durante o tempo de espera; (3) respostas intensas, de tonalidade negativa, na revelação da gravidade do diagnóstico e das principais opções de tratamento; (4) tensão no processo de tomada de decisão sobre o tratamento; (5) estratégias de coping mistas após a revelação. Os pais de crianças e adolescentes diagnosticados com EI passam por um período emocionalmente desafiante ou difícil e têm estratégias de coping mais adequadas aos desafios ou dificuldades. Adicionalmente, sugeriram-se algumas medidas facilitadoras da adaptação do utente e da sua família à doença e aos aspetos associados.

2. Processamento Emocional e Redes Neurais Funcionais na Sintomatologia Psicopatológica

Gonçalo Oliveira¹

¹Universidade Lusófona - Centro Universitário de Lisboa, Portugal

goncalomsobral@gmail.com

Este estudo explora a relação entre dificuldades de processamento emocional e sintomatologia psicopatológica, mediada por défices em redes neuronais funcionais (Rede de Modo Padrão, Executiva Central, de Salência e Amígdaloide-Hipocampal), numa abordagem transdiagnóstica. Pretende-se testar a hipótese de que diferentes tipos de dificuldades emocionais se associam a sintomas específicos, sendo essa relação mediada por alterações em redes específicas. Trata-se de um estudo quantitativo, transversal, com uma amostra, atualmente, de 239 adultos, com e sem acompanhamento psicológico. Foram aplicados os instrumentos EPD-R, BSI-53, NNSI e ISM-5 através de protocolo online. As análises de mediação foram conduzidas no software JASP. Os resultados preliminares mostram, por exemplo, que a relação entre reação problemática e ansiedade é mediada por

défices na CEN ($B = 0.244$, $SE = 0.051$, BCI [.144 ; .344]); a clivagem do self 1 e 2 associa-se a depressão, mediada por défices na DMN ($B = 0.295$, $SE = 0.049$, BCI [.200 ; .391]) e ($B = 0.441$, $SE = 0.100$, BCI [.246 ; .637]), e o assunto inacabado relaciona-se com distress, mediado pela AHMN ($B = 0.029$, $SE = 0.013$, BCI [.003 ; .055]). O estudo contribui para a área clínica ao integrar neurobiologia funcional com avaliação emocional, apontando para intervenções mais adaptadas ao perfil psicopatológico e neurofuncional dos pacientes.

3. Incongruência desejo-meta na alimentação de jovens adultos

Pablíane de Melo Passos¹, Bianca Gonzalez Martins¹, Wanderson Roberto da Silva^{1,2}, Ana Filipa Fernandes Pimenta³, João Marôco⁴ & Juliana Alvares Duarte Bonini Campos¹

¹Universidade Estadual Paulista, "Júlio de Mesquita Filho" (UNESP), Brasil

²Centro Universitário de Patos de Minas (UNIPAM), Brasil

³Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida (ISPA), Portugal

⁴Universidade Lusófona - Centro Universitário Lisboa, Portugal

pablíane.melo@unesp.br

Introdução: Comportamentos alimentares inadequados podem impactar diretamente a saúde mental e física. O objetivo do estudo foi investigar fatores relacionados à incongruência desejo-meta na alimentação de adultos brasileiros. **Método:** Trata de estudo transversal, com coleta de dados online (2024). Aplicou-se a *Dietary Goal-Desire Incongruence Scale* (DG-DI) investigou-se a prática de exercício físico e de dieta para alterar o corpo (sim/não), o diagnóstico de transtornos de ansiedade (TA) e de compulsão alimentar (TCA) e medidas de peso e altura autorreferidos para classificação do estado nutricional antropométrico. Elaborou-se modelo de regressão linear múltipla (*stepwise forward*, $\alpha=5\%$). **Resultados:** Participaram 726 adultos (76,9% mulheres; idade média=25,5 [Desvio-Padrão=5,0] anos). A amostra foi estratificada em dois grupos: sem (G1: $n=426$) e com (G2: $n=300$) sobrepeso/obesidade. A presença de TA ($\beta = 0,25$), a prática de dieta ($\beta = 0,15$) e a ausência de exercício físico ($\beta = -0,12$), estiveram relacionados a maiores escores de incongruência desejo-meta no G1 ($R^2=11,9\%$). A presença de TCA ($\beta = 0,30$), TA ($\beta = 0,17$) e a prática de dieta ($\beta = 0,13$) explicaram 18,5% da incongruência no G2. **Conclusão:** Reconhecer fatores emocionais e comportamentais na alimentação pode ser importante para direcionar intervenções nutricionais e psicológicas, promovendo o bem-estar. **Financiamento:** FAPESP Processos: 2024/07505-5; 2024/07438-6; 2025/02098-5. CNPQ: 303118/2021-0.

4. Validade e confiabilidade da dietary goal-desire incongruence scale para adultos brasileiros

Pablíane de Melo Passos¹, Bianca Gonzalez Martins¹, Wanderson Roberto da Silva^{1,2}, Ana Filipa Fernandes Pimenta³, João Marôco⁴, Juliana Alvares Duarte Bonini Campos¹

¹ Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho" (UNESP), Brasil

²Centro Universitário de Patos de Minas (UNIPAM), Brasil

³Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida (ISPA), Portugal

⁴Universidade Lusófona - Centro Universitário Lisboa, Portugal

pablíane.melo@unesp.br

Introdução: O conflito entre o desejo e as metas estabelecidas na alimentação pode influenciar o comportamento alimentar, e a utilização de instrumentos de medida válidos é importante para a sua mensuração. O objetivo desse estudo é estimar a validade e a

confiabilidade da *Dietary Goal-Desire Scale* (DG-DI) para adultos brasileiros. Método: Realizou-se adaptação transcultural (AT) da escala para o português. A validade da estrutura interna foi avaliada por análise fatorial confirmatória (AFC) utilizando os índices *Comparative Fit Index* ($CFI \geq 0,90$), *Tucker-Lewis Index* ($TLI \geq 0,90$), *Standardized Root Mean Square Residual* ($SRMR \leq 0,08$), pesos fatoriais ($\lambda \geq 0,50$) dos itens e a confiabilidade por ($\alpha \geq 0,70$). Aplicou-se a *Three-Factor Eating Questionnaire* (TFEQ-18) para avaliar a validade convergente positiva. Resultados: Participaram 934 pessoas com idade de 18 a 35 anos (72,5% mulheres; idade média=25,3 [Desvio-Padrão=4,8] anos). Os dados apresentaram adequada validade e confiabilidade ($CFI=0,98$; $TLI=0,97$; $SRMR=0,03$; $\lambda \geq 0,68-0,86$; $\alpha = 0,89$). Atestou-se validade convergente positiva da DG-DI (alimentação emocional: $r=0,68$ e descontrolo alimentar: $r=0,72$). Conclusão: A DG-DI foi adaptada para o português e apresentou adequada validade e confiabilidade para amostra de adultos brasileiros.

Financiamento: FAPESP Processos: 2025/02098-5; 2024/07505-5; 2024/07438-6; CNPQ: 303118/2021-0.

5. Empowerment: uma abordagem multifacetada ao desenvolvimento psicológico e social

Paulo Martins, ISMAT, Portugal

p7729@ismat.pt

Este estudo analisa o conceito de *empowerment* enquanto processo central para o desenvolvimento psicológico e social, com relevância para a Psicologia Clínica e da Saúde. O *empowerment* é entendido como um processo dinâmico e multinível que promove autonomia, autoeficácia e participação ativa, articulando fatores individuais, comunitários e sistémicos. Com base nos contributos teóricos de Rappaport, Zimmerman, Anthony e outros autores, este trabalho pretende sintetizar os principais modelos e aplicações do *empowerment* em contextos de saúde mental e intervenção comunitária. Para tal, foi realizada uma revisão da literatura, recorrendo à análise crítica de estudos conceptuais e empíricos publicados nas últimas décadas. Os resultados evidenciam que três constructos — resiliência, autoeficácia e capital de recuperação — são fundamentais para sustentar processos de *empowerment*, potenciados por contextos participativos, redes de apoio e acesso a recursos comunitários. Verificou-se também que programas baseados em *empowerment*, como modelos de habitação apoiada ou grupos de pares, contribuem para a recuperação, o bem-estar e a inclusão social. Estes dados reforçam a importância de integrar práticas orientadas para o *empowerment* nos serviços de saúde mental, promovendo autonomia, diversidade, justiça social, cidadania ativa e recuperação sustentável.

6. O tipo de Paixão e a Regulação Emocional em estudantes do ensino superior com comportamentos aditivos

David Henriques¹ & Ludovina Ramos^{1,2}

¹Universidade da Beira Interior, Portugal

²CIDESD - Research Center in Sports Sciences, Health Sciences and Human Development
Centro de Investigação em Educação e Psicologia, Universidade de Évora (CIEP-UE), Portugal

david.henriques.psicologo@gmail.com

A literatura sugere que o consumo de substâncias psicoativas ilícitas tem um impacto físico e psicológico, incluindo na regulação emocional (RE), e que a Paixão por uma atividade

(Modelo Dualístico da Paixão de Vallerand) pode ser Harmoniosa ou Obsessiva. O presente estudo pretendeu analisar a relação entre o tipo de Paixão face aos consumos e as estratégias de RE, em estudantes universitários. Especificamente, visou-se caracterizar a Paixão e a RE em consumidores e verificar se existem diferenças significativas ao nível da Paixão e da RE, em função das variáveis sociodemográficas: género, habilitações académicas e interceptação pelas forças de segurança devido ao consumo ou posse para consumo. Os participantes, 137 estudantes universitários, entre 18 e 45 anos, responderam a um protocolo, online e em várias Comissões para a Dissuasão da Toxicodependência, constituído por um Questionário Sociodemográfico e as versões portuguesas do Questionário de Regulação Emocional Comportamental e da Escala da Paixão. Em termos gerais, os resultados sugerem que: estudantes do género feminino adotam mais estratégias adaptativas de RE; estudantes de Mestrado sinalizam mais estratégias adaptativas; estudantes interceptados pelas forças de segurança indicam maior uso de estratégias desadaptativas. Em suma, os resultados enquadram-se na literatura existente relativamente às diferenças de género na RE e poderão constituir um contributo para os estudos da RE em estudantes do ensino superior.

7. A Relação entre a Autoestima, a Regulação Emocional e as Perturbações Depressivas

Rita Fernandes¹ & Ludovina Ramos^{1,2}

¹Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal

²CIDESD - Research Center in Sports Sciences, Health Sciences and Human Development, Centro de Investigação em Educação e Psicologia, Universidade de Évora, Portugal (CIEP-UE)

ritaffernandes16@gmail.com

O presente estudo teve como principal objetivo advertir para os possíveis riscos da baixa autoestima e da desregulação emocional, salientando a sua importância enquanto variáveis individuais predisponentes de depressão. Além disso, visou-se compreender as relações entre estes três fatores. Assim, como questão de investigação, através do método SPIDER, definiu-se a seguinte: “Qual a relação entre a autoestima, a regulação emocional e as perturbações depressivas em adultos?”. Para isso, realizou-se uma revisão sistemática da literatura com base no modelo PRISMA, de modo a fundamentar mais rigorosamente as diferentes fases da revisão. A pesquisa dos artigos científicos foi efetuada nas bases de dados Scopus e PubMed, com base nos critérios de inclusão previamente definidos. De um total de 306 referências extraídas, foram incluídos 13 artigos científicos publicados em revistas científicas entre 2019 e 2024. Após a análise dos artigos incluídos, foi possível concluir que diferentes estratégias de regulação emocional e diferentes níveis de autoestima podem ter um papel influente na gravidade da sintomatologia depressiva, apesar de ainda serem observadas incongruências acerca do papel e do impacto destas variáveis. Assim, estes resultados poderão ajudar a desenvolver investigações mais aprofundadas, visando uma maior compreensão acerca destas relações, o que poderá ajudar a delinear intervenções mais rigorosas com foco na prevenção da sintomatologia depressiva.

8. Percepção da coparentalidade e comportamento pró-social de crianças em idade escolar na perspectiva parental

Thatyana Rocha¹ & Marta Alves¹

¹Universidade da Beira Interior, Portugal

thatyana_rocha@yahoo.com.br

O presente estudo comparou as percepções de mães e pais e analisou a relação entre coparentalidade e comportamento pró-social infantil. A coparentalidade refere-se à cooperação dos pais na criação dos filhos (Feinberg, 2003), sendo composta por três dimensões principais: cooperação, triangulação e conflito. Já o comportamento pró-social diz respeito a ações voluntárias orientadas para o bem-estar das pessoas (Hastings et al., 2007). De matriz quantitativa, a coparentalidade foi considerada como a variável preditora e o comportamento pró-social como a variável critério. A amostra foi constituída por 148 participantes (76 pais e 72 mães), que preencheram as versões portuguesas do *Coparenting Questionnaire* (QC-PT) e do *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ). Os resultados indicaram que as mães percecionaram menos comportamentos pró sociais nas crianças quando comparado com os pais. A análise de Regressão Linear Múltipla Hierárquica revelou que apenas o conflito se apresentou como um preditor significativo do comportamento pró-social da criança. Conclui-se que os pais tendem a percecionar mais comportamentos pró-sociais nos filhos, possivelmente devido a diferenças nas expetativas parentais. E embora as dimensões de cooperação e triangulação possam influenciar o comportamento infantil, apenas o conflito conjugal revelou-se estatisticamente significativo, corroborando com a literatura que o identifica como fator negativo para o desenvolvimento de comportamentos pró-sociais.

9. Artificial Intelligence in Alzheimer's Diagnosis: Spectral Entropy and Machine Learning

Rubén Pérez-Elvira^{1,2}, Carlos Aznárez¹, Daniel Cordeiro¹, Elena Quesada¹, Lucía Santos¹, Teresa Herrero¹, Catherine Segur¹, Alejandra Ortega¹, Javier Rivas¹, David Wobbeking¹, Amagoia Urra¹, Andrea Muñoz¹, Natalia Martín¹, Samuel Santisteban¹, Maite Martín¹, Álvaro García¹, Manuel Lázaro¹, Celia Sánchez¹ & Alfonso Salgado-Ruiz¹

¹Computational and Clinical Neuroscience Study Group - Pontifical University of Salamanca, Spain.

²Neuropsychophysiology Lab. NEPSA Rehabilitación Neurológica, Spain.

rperez@upsa.es, +34692579417

Introduction: Spectral entropy (SE) characterizes brain dynamics and may aid early Alzheimer's disease detection. This study compares EEG-derived SE from regions of interest (ROIs) versus voxel-based approaches, assessing machine learning classification in healthy controls and Alzheimer's patients. Method: EEG data from 65 subjects (36 Alzheimer's, 29 controls) were acquired from an open resting-state dataset (<https://doi.org/10.3390/data8060095>). SE was computed using sLORETA in Delta, Theta, Alpha, Beta, and HiBeta bands. Data were stratified into training (75%) and testing (25%) sets, ensuring proportional group representation and reproducibility via a fixed random seed. To prevent bias and overfitting, we used 5-fold cross-validation, GridSearchCV optimization, Random Forest and RFECV for feature selection, data standardization, and imputation for missing values. Models evaluated included MLP, KNN, Random Forest, Gradient Boosting, and SVM, assessed by accuracy, recall, F1-score, and ROC curves.

Results: Healthy subjects showed higher posterior SE across all bands. ROI-adjusted MLP accuracy (76.47%) significantly surpassed voxel-based MLP (52.94%), supported by additional robustness metrics. Discussion: ROI-based SE analysis significantly improves Alzheimer's diagnostic accuracy compared to voxel-based methods, highlighting SE's potential as an early biomarker.

10. Desenvolvimento de Competências Profissionais em Gerontologia Através da Participação em Investigação sobre Solidão em Pessoas Idosas

Carolina Soares¹, Joana Lopes², Liliana Sousa³, Sara Guerra^{4,5}, Sofia Silva⁶, João Tavares⁷

¹Association Extragenária, Portugal

²Department of education and psychology, University of Aveiro, Portugal, Portugal

³Department of education and psychology, RISE - Health, University of Aveiro, Portugal

⁴Polytechnic Institute of Coimbra, Coimbra School of Education, Portugal

⁵Rise - Health, Aveiro, Portugal

⁶Coimbra School of Education, Polytechnic Institute of Coimbra, Portugal

⁷School of Health Sciences, RISE - Health, University of Aveiro, Portugal

carolinarsoares@ua.pt

A qualificação de futuros profissionais em gerontologia exige o desenvolvimento de competências para promoção do envelhecimento ativo e saudável. Essas competências podem ser desenvolvidas através da participação dos estudantes em projetos de investigação. O objetivo deste estudo foi analisar as experiências de estudantes de uma turma do 3º ano da licenciatura em Gerontologia Social (Portugal), após a aplicação de um protocolo de avaliação multidimensional a pessoas idosas, no âmbito de um projeto de investigação sobre solidão. Estudo qualitativo de natureza exploratório-descritiva. A totalidade dos 33 estudantes da turma foi convidada a participar na aplicação do protocolo. Destes, 13 aceitaram (taxa de adesão = 39.4%), tendo aplicado 64 protocolos (média de 5 por estudante). Após a aplicação, os 13 estudantes foram convidados a responder a um questionário online com três tópicos: i) contributos para a formação académica e profissional; ii) acontecimentos de maior impacto; e (iii) reflexão sobre o desempenho na aplicação dos protocolos. Responderam 12 estudantes, todos do sexo feminino, com idades entre os 20 e os 47 anos. Os dados foram submetidos a análise de conteúdo, por dois juízes independentes. Os principais resultados indicam que a participação no projeto de investigação contribuiu para o desenvolvimento de: (i) competências afetivo-relacionais, como comunicação, empatia e sensibilidade no contacto com pessoas mais velhas; e (ii) competências técnico-científicas, nomeadamente a familiarização com a aplicação de instrumentos de avaliação e consolidação prática de conteúdos teóricos. Embora uma participante tenha referido que a experiência não teve impacto na sua formação, outro testemunho destacou a oportunidade de compreender mais profundamente a vivência da solidão na velhice. Os resultados sugerem que a participação em investigação aplicada constitui uma estratégia pedagógica relevante na formação de estudantes em Gerontologia, promovendo a integração de saberes teóricos e práticos.

11. A avaliação do distress psicológico: Revisão sistemática sobre a Kessler Psychological Distress Scale

Letícia Gouveia Cruvinel¹

¹Universidade da Beira Interior, Portugal

leticiagoucruvinel@gmail.com

Este estudo apresenta uma Revisão Sistemática da Literatura (RSL) sobre as propriedades psicométricas das escalas de distress psicológico de Kessler (K6 e K10), amplamente utilizadas para avaliar sintomas de sofrimento emocional. O objetivo foi analisar a confiabilidade, validade e adaptações culturais dessas escalas. Foram revisados 33 artigos, dos quais 12 atenderam aos critérios de inclusão, com base nas diretrizes do *Joanna Briggs Institute*. Os resultados indicaram que ambas as escalas são confiáveis e válidas, com altos coeficientes de consistência interna e boa validade concorrente. A K6 se destaca pela praticidade, enquanto a K10 é mais indicada para avaliações detalhadas. No entanto, limitações foram encontradas em versões traduzidas, especialmente quando não houve adaptação cultural adequada, o que pode comprometer sua sensibilidade. O estudo destaca a importância de adaptações linguísticas rigorosas e recomenda a inclusão de populações diversas em futuras pesquisas para garantir instrumentos mais eficazes e culturalmente sensíveis na avaliação do distress psicológico.

12. Avaliação neuropsicológica e da capacidade para o trabalho de pacientes depressivos em remissão

Madalena Teodósio¹

¹Universidade da Beira Interior, Portugal

mmadalenateodosio@gmail.com

Introdução: Os pacientes depressivos que tiveram diferentes tipos de tratamentos ainda têm dificuldades no trabalho e na interação social. Pretende-se com este estudo verificar se existe comprometimento da memória visual, após 2 anos de remissão do estado depressivo, e quais as implicações para a sua capacidade para o trabalho, medida pelo ICT. **Hipóteses em estudo:** 1. A memória visuo-espacial dos pacientes há 2 anos em remissão de um estado depressivo encontra-se comprometida em comparação com o grupo de controlo. 2. A capacidade para o trabalho destes pacientes é inferior à do grupo de controlo. **Metodologia:** Estudo de caso-controlo. Fez-se uma entrevista semiestruturada, para controlar as comorbilidades. Verificou-se o estado de remissão dos participantes (n=6) através do uso do BDI-II e a ausência de sintomatologia depressiva para constituição o grupo de controlo (n=6). De seguida fez-se a recolha de dados para análise comparativa entre médias. Na avaliação neuropsicológica foi usada a Figura Complexa de Rey. **Resultados:** Não há diferenças significativas em relação aos resultados no ICT entre o grupo de controlo e o grupo de pacientes, nem a memória visuo-espacial está afetada. **Discussão/ Conclusão:** Limitações: tamanho reduzido da amostra. Baseado nestes resultados, o comprometimento da memória visuo-espacial não é uma característica cognitiva dos pacientes depressivos e não há influência na capacidade de trabalho, uma vez em remissão, embora outros estudos tenham resultados diferentes.

13. Influência da Comunicação Centrada no Paciente na Saúde da População Idosa Inativa

Inês Castro¹, Ana Sousa^{2,3}, Paulo Vitória^{1,4}

¹Faculdade de Ciências da Saúde – Universidade da Beira Interior, 6200-506 Covilhã, Portugal)

²Associate Laboratory i4HB - Institute for Health and Bioeconomy, University Institute of Health Sciences - CESPU, 4585-116 Gandra, Portugal

³UCIBIO - Applied Molecular Biosciences Unit, Toxicologic Pathology Research Laboratory, University Institute of Health Sciences (IH-TOXRUN, IUCS-CESPU), 4585-116 Gandra, Portugal)

⁴Departamento de Psicologia e Educação – Universidade da Beira-Interior, 6200-209 Covilhã, Portugal)

a44008@fcsaude.ubi.pt

Introdução: A comunicação centrada no paciente (CCP) é considerada a forma mais adequada de comunicação em saúde, associando-se a melhores resultados clínicos, maior adesão terapêutica, satisfação e bem-estar dos pacientes. **Objetivo:** Analisar a influência da CCP no estado de saúde da População Idosa Inativa. **Materiais e métodos:** Participaram 94 indivíduos com ≥ 70 anos ($M=80,60$; $DP=7,03$), maioritariamente do sexo feminino (59,6%). Excluíram-se casos com patologia demencial ou atividade laboral remunerada. Foi aplicada um questionário com a Escala CCP e o SF-12v2, que avalia a qualidade de vida relacionada com a saúde. Os dados foram analisados com recurso ao software SPSS (v29.0.1.0). **Resultados:** A pontuação média da CCP foi de 66,01, com os homens a apresentarem valores mais elevados. Verificou-se uma correlação positiva significativa entre a CCP e os domínios de Funcionamento Físico, Desempenho Físico e Saúde Mental do SF-12v2 ($p=0,022$; $p=0,043$; $p=0,022$). A oportunidade de colocar perguntas durante consulta e a inclusão nas decisões de saúde associaram-se a melhores níveis de Saúde Mental nesta população ($p=0,002$; $p=0,041$). **Conclusão:** Este estudo demonstrou que a qualidade da CCP entre os idosos e os seus médicos de referência tem impacto em diferentes aspetos do estado de saúde desta população, realçando a importância de conhecer e explorar mais estes fatores para o futuro.

14. Avaliação Psicológica em Fibrose Quística: Ansiedade, Depressão e Qualidade de Vida

Sandra Saganha¹, Adelina Amorim¹, Leonor Almeida¹, Luciana Oliveira¹, Ana Luísa Pereira¹, Filipa Teixeira²

¹Unidade Local De Saúde São João, Portugal

²Universidade da Maia, Portugal

sandra.saganha@sapo.pt

A Fibrose Quística (FQ) é uma doença genética que afeta os sistemas respiratório e digestivo, cujos sintomas impactam ao nível físico, emocional e social, condicionando a qualidade de vida dos indivíduos. Estudos revelam que esta população tem uma maior vulnerabilidade para desenvolver sintomas ansiosos e depressivos, comprometendo a adesão ao tratamento e o prognóstico clínico. Com o objetivo de monitorizar sintomas psicológicos e promover uma abordagem dirigida, foi implementado, no Centro de Referência para o tratamento da FQ da Unidade Local de Saúde São João, um protocolo anual de avaliação psicométrica. Este estudo quantitativo, realizado em 2024, de natureza observacional descritivo longitudinal, analisou dados de 44 pacientes diagnosticados com FQ, aplicando os

instrumentos psicométricos GAD-7, PHQ-9 e CFQ-R, administrados nas consultas de Psicologia. Os resultados revelaram que 43% e 39% dos participantes apresentaram níveis significativos de ansiedade e sintomas depressivos moderados a graves, respetivamente. Os domínios da qualidade de vida que se apresentaram mais comprometidos são a “Carga do Tratamento” e a “Perceção de Saúde”. Futuramente, pretende-se integrar protocolos de avaliação psicológica que identifiquem, previamente, situações de risco e adaptem as intervenções, promovendo o bem-estar emocional e a melhoria na adesão ao tratamento, promovendo uma vivência positiva com a doença.

15. Emoaction: Programa de promoção de competências socioemocionais em alunos do 1º ciclo

Sofia Maria Solinho Peniche¹, Ana Torres¹, Rosália Coelho² & Jenny Sousa³

¹Universidade da Beira Interior, Portugal

² Agrupamento de Escolas de Águeda, Portugal

³Instituto Politécnico de Leiria, Portugal)

sofia.maria.solinho.peniche@ubi.pt

Introdução: Têm sido implementados em Portugal vários programas de promoção de competências socioemocionais, contudo são escassos os estudos sobre a sua eficácia e análise dos resultados. Assim, este estudo propõe a avaliação da implementação do programa Emoaction: Emoção em Ação, com crianças do concelho de Águeda, e análise em específico do conhecimento emocional e da perceção de qualidade de vida. Este programa foi desenhado baseando-se nos cinco pilares da Inteligência Emocional de David Goleman. **Método:** Foram avaliadas crianças que frequentam o 1º Ciclo do Ensino Básico dos Agrupamento de Escolas de Águeda e Agrupamento de Escolas de Águeda Sul, que escolheram o Emoaction: Emoção em Ação como atividade de enriquecimento curricular no ano letivo 2023/2024. Recorreu-se a uma metodologia quantitativa, com recurso a dois instrumentos de avaliação – Escala de Avaliação do Conhecimento Emocional (EACE) e *Kidscreen*, em dois momentos (pré-teste e pós-teste). **Resultados:** Os alunos demonstram melhorias ao nível do conhecimento emocional e da perceção da qualidade de vida no momento pós-teste, comparando com o momento pré-teste. Percebeu-se que existe correlação entre as duas variáveis e que o conhecimento emocional prediz a perceção da qualidade de vida. **Discussão:** Aumento de literacia e avaliações destes programas para melhoria e adequação contínua.

16. Relação entre falhas cognitivas percebidas e níveis de depressão após AVC

Isabel Afonso¹ & Carla Sofia Nascimento¹

¹Universidade da Beira Interior, Portugal

isabel.afonso.fonseca@ubi.pt

Introdução: O Acidente Vascular Cerebral (AVC) é uma das principais causas de mortalidade e incapacidade a nível global, tendo frequentemente associada uma depressão pós-AVC. Além disso, as falhas cognitivas subjetivas são altamente prevalentes nessa população, indicando que o impacto do AVC vai além das limitações físicas. O objetivo deste estudo é perceber qual é a relação entre as falhas cognitivas percebidas e os níveis de depressão após um ano do AVC de forma a ser possível orientar intervenções psicológicas e terapêuticas mais eficazes para pacientes pós-AVC e expandir o conhecimento sobre as interações entre aspetos psicológicos e cognitivos no contexto do AVC, promovendo o

avanço científico na área. Método: A amostra tem como critério principal, ter sofrido um AVC há pelo menos 1 ano, e como critério de inclusão, participantes com mais de 18 anos, domínio da língua portuguesa e que saibam ler e escrever. Resultados: será esperado que os participantes que apresentem um maior número de falhas cognitivas apresentem valores mais elevados de depressão. Também se espera que os participantes cujo AVC tenha provocado maiores sequelas físicas percebidas apresentem valores mais elevados de depressão e de falhas cognitivas, bem como níveis mais elevados de depressão.

17. Intervenções psicológicas promotoras de desempenho académico e bem-estar universitário

José Maria Fialho¹, Catarina Cangarato Paixão¹ & Anabela Pereira¹

¹Universidade da Beira Interior Portugal

catarinacangarato@gmail.com

Os problemas de saúde mental são prevalentes entre estudantes universitários, sendo a ansiedade e a depressão os mais frequentemente relatados. A literatura recente tem evidenciado a efetividade de intervenções psicológicas na promoção do bem-estar neste grupo, embora subsista escassez de estudos que comparem diferentes tipos de intervenção quanto ao seu impacto combinado no desempenho académico e no bem-estar psicológico. O presente trabalho, em formato de revisão sistemática, teve como objetivo identificar quais os tipos de intervenções psicológicas que demonstram maior efetividade na melhoria do desempenho académico, medido através do GPA (*Grade Point Average*), e do bem-estar de estudantes universitários, com base em diferentes modelos de intervenção. A pesquisa foi conduzida nas bases de dados *Scopus*, *PubMed* e *Web of Science*, seguindo as diretrizes PRISMA. Foram incluídos 10 estudos, todos ensaios clínicos randomizados. A análise centrou-se em *outcomes* secundários extraídos de uma revisão sistemática principal. Os resultados indicam que intervenções baseadas em *mindfulness* ou na promoção de competências psicoeducativas, como a autoeficácia, apresentam um maior efeito na melhoria do GPA e na promoção do bem-estar. A duração das intervenções e a sua adequação às necessidades dos estudantes revelaram-se fatores determinantes. Conclui-se que programas psicológicos diferenciados podem constituir um contributo relevante para o sucesso académico e para a promoção da saúde mental no ensino superior.

18. O sentido da vida em estudantes universitários: projeto de investigação

Pedro Rodrigues¹, Graça Esgalhado^{1,2} & Guida da Ponte

¹Universidade da Beira Interior Portugal

²RISE-Health, Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal

pedro.miguel.rodrigues@ubi.pt

Introdução: O sentido da vida promove uma maior satisfação com a vida, menos sintomas depressivos, e um melhor desempenho académico. Pretende-se estudar a influência do sentido da vida no bem-estar psicológico em estudantes do 1º ano do ensino superior. Método: Amostra composta por estudantes portugueses (18-19 anos), e realização de três estudos: (1) quantitativo: análise da relação entre o Sentido da Vida e o Bem-estar Psicológico (instrumentos: Questionário sociodemográfico, Questionário do Sentido da Vida, Escala de Resiliência para Adultos, Escala de Funcionamento Psicológico Positivo,

Escala de Distress Psicológico de *Kessler* [10 itens], *WHOQOL-BREF*; (2) validação da *FACIT-Sp Non-Illness* (avaliação do bem-estar espiritual); e (3) qualitativo: análise do sentido da vida na perspetiva dos estudantes. Resultados: São previstas correlações negativa entre o sentido da vida e o mal-estar psicológico, e positiva entre o sentido da vida e o funcionamento psicológico positivo, a resiliência, a espiritualidade e a qualidade de vida. No estudo qualitativo, espera-se identificar as fontes do sentido da vida dos estudantes. Os resultados poderão fornecer insights para futuras intervenções clínicas e educacionais, auxiliando na promoção da saúde mental e no desenvolvimento de estratégias eficazes para o bem-estar dos jovens adultos.

19. Tradução, Adaptação e Análise Preliminar das Propriedades Psicométricas da Escala para Medir Experiências Positivas e Negativas de Psicoterapia (EPNP)

Raynner Carmo¹

¹Universidade Lusófona Lisboa, Portugal

Raynner.carmo@hotmail.com

No presente estudo transversal pretende-se traduzir e adaptar a versão original da Escala de Experiências Positivas e Negativas da Psicoterapia (EPNP) para a língua portuguesa, e analisar as suas propriedades psicométricas. O EPNP mostra-se promissor em potenciar análises de benefícios e riscos associados às práticas de psicoterapia, através da identificação, monitoração e avaliação das experiências positivas e negativas, um campo geralmente negligenciado e esporadicamente analisado. A sua estrutura consiste em duas subescalas com o objetivo de medir experiências positivas (33 itens) e negativas em psicoterapia (36 itens), ambas apresentam valores excelentes de consistência interna ($\alpha = 0.90>$). Este estudo descreve a análise psicométrica do EPNP através da condução da Análise Fatorial Exploratória (AFE) e Análise Fatorial Confirmatória (AFC), da consistência interna, validade convergente e divergente numa amostra de adultos portugueses que tenham estado ou estejam em atual acompanhamento psicoterapêutico. Até ao momento, não são existentes instrumentos adaptados à população portuguesa capazes de atender às potencialidades do EPNP. Assim, neste estudo espera-se replicar as qualidades psicométricas da versão original do EPNP.

20. Inteligência Artificial e Redução de Sintomas de Ansiedade aos Testes: Projeto

Micaela Nogueira¹, Graça Esgalhado^{1,2}, & Vasco Ferrinho Lopes^{1,3}

¹Universidade da Beira Interior

²RISE-Health, Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal

³Departamento de Informática

micaela.nogueira@ubi.pt

A ansiedade aos testes, reconhecida como fator limitador do desempenho académico, é um problema frequente entre adolescentes. O presente estudo investiga a eficácia de um programa baseado em Inteligência Artificial (IA) na redução da ansiedade face aos testes em estudantes do ensino secundário. Tendo na base o avanço das tecnologias digitais e o crescente uso de IA na psicologia, este trabalho propõe comparar a eficácia de duas intervenções: uma baseada em Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) tradicional e outra mediada por IA, desenvolvida em colaboração com o Departamento de Informática da

Universidade da Beira Interior. A investigação está dividida em quatro estudos: revisão da literatura, desenvolvimento de dois programas de intervenção, definição do perfil dos alunos com ansiedade aos testes e avaliação da eficácia dos programas. Serão aplicados questionários e escalas a uma amostra de 120 alunos, dos quais 80 participarão num estudo quasi-experimental, divididos em grupos com e sem intervenção. Espera-se que ambos os programas reduzam significativamente os níveis de ansiedade, com especial foco no potencial da IA como ferramenta acessível e eficaz em saúde mental. O estudo procura ainda contribuir para práticas clínicas mais inovadoras e acessíveis, promovendo o bem-estar emocional e o sucesso académico dos alunos.

21. Modulação Neurofisiológica através da Estimulação Magnética Transcraniana no Tratamento da Depressão Resistente

André Teixeira¹ & Vítor Santos¹

¹Faculdade Ciências da Saúde, Portugal

a44189@fcsaude.ubi.pt

Introdução: A Depressão Major é uma condição prevalente e incapacitante, da qual um grupo significativo de doentes evolui para Depressão Resistente ao Tratamento, caracterizada pela falta de resposta a terapias farmacológicas convencionais. A Estimulação Magnética Transcraniana Repetitiva surge como alternativa terapêutica promissora, oferecendo uma abordagem não invasiva na gestão destes doentes. **Métodos:** Realizou-se uma revisão narrativa da literatura, utilizando as bases de dados *PubMed* e *Scopus*, selecionando artigos publicados entre outubro de 2022 e outubro de 2024, que abordassem este tema. **Resultados:** A Estimulação Magnética Transcraniana Repetitiva demonstrou eficácia significativa no alívio dos sintomas depressivos e, simultaneamente, um baixo perfil de efeitos adversos. Os resultados apontam para taxas de resposta na ordem dos 50% a 80%, obtendo-se melhorias significativas na qualidade de vida dos doentes. **Discussão:** A Estimulação Magnética Transcraniana Repetitiva apresenta-se enquanto abordagem eficaz na Depressão Resistente, oferecendo uma alternativa terapêutica cada vez mais relevante, particularmente em casos com resposta limitada à intervenção psicológica ou farmacológica convencional. Assim, a personalização desta técnica, através de técnicas como a neuroimagem e a inteligência artificial, abre caminho para tratamentos mais precisos e adaptados, alinhando-se com os princípios da prática clínica centrada no doente.

22. Efeitos de Atividades Artísticas no Bem-Estar Psicológico e Competências Socioemocionais dos Jovens

Inês Santos¹, Ana Filipa Beato^{1,2}

¹HEI-Lab: Digital Human-Environment Interaction Labs, Lusófona University, 1749-024 Lisbon, Portugal

²School of Psychology and Life Sciences, Lusófona University, 1749-024 Lisbon, Portugal
a22404331@alunos.ulht.pt

As intervenções baseadas nas artes têm demonstrado potencial na promoção da saúde mental e no desenvolvimento de competências socioemocionais em jovens, destacando-se como estratégias relevantes em contextos educativos. Este estudo teve como objetivo avaliar os efeitos de um programa intensivo de intervenção artística — envolvendo música, teatro e dança — e de psicoeducação no bem-estar psicológico e nas competências socioemocionais

de adolescentes e jovens adultos. Participaram 46 jovens, com idades entre 11 e 24 anos (Média de idades de 14,8 e DP=2,8), e respetivos pais. Participaram no estudo 46 jovens, dos quais 17 integraram as residências artísticas do projeto de quatro dias em Óbidos. Os restantes constituíram o grupo de controlo sem intervenção. Utilizaram-se instrumentos de autorresposta, nomeadamente o WHOQOL-Bref (*World Health Organization*, 2020) para a avaliação da qualidade de vida, e o ERQ-CA (Teixeira et al., 2015) e o ERQ (Vaz, 2009) para medir a regulação emocional. Adicionalmente, foi realizada uma avaliação qualitativa da experiência dos participantes no grupo de intervenção. A análise estatística recorreu a testes t para amostras emparelhadas. Os resultados revelaram melhorias estatisticamente significativas no grupo de intervenção, especificamente no domínio psicológico da qualidade de vida e na regulação emocional através da reavaliação cognitiva. Estes resultados sugerem que a participação em programas artísticos intensivos pode promover o bem-estar psicológico e fortalecer competências de regulação emocional em adolescentes e jovens adultos.

23. Necessidades Informacionais de sobreviventes oncológicos com Cancer-related Cognitive Impairment (CRCI): Revisão Narrativa

Elisa Gomes¹, Sofia Fernandes², Paula Carvalho¹, Ana Torres¹ & Isabel Santos²

¹Universidade da Beira Interior, Portugal

²Universidade de Aveiro, Portugal

elisa.gomes@ubi.pt

Introdução: O CRCI envolve dificuldades ao nível do processamento da informação, da atenção e da memória com impacto negativo na qualidade de vida dos Sobreviventes Oncológicos (SO). A maioria dos SO consideram que não foram devidamente informados sobre CRCI, nomeadamente sobre o seu desenvolvimento, duração e impacto o que contribuiu para atrasar/difícultar o acesso ao tratamento. **Método:** Os dados recolhidos para este estudo foram obtidos através da *PubMed*, *Web Of Science* e *SCOPUS*. Foram incluídos artigos relacionados com o estudo de CRCI em sobreviventes oncológicos publicados até ao momento. **Resultados:** O fornecimento de informação sobre CRCI é crucial pois a sua presença tende a gerar sentimentos de medo e ansiedade nos SO. A informação fornecida deve colmatar as dúvidas dos SO; validar as suas experiências; focar-se em aspetos como a prevalência de CRCI, a sintomatologia mais comum e as estratégias de gestão das dificuldades sentidas. **Discussão:** Os resultados destacam uma lacuna importante na prestação de cuidados, que visem reduzir o impacto de CRCI nos Sobreviventes Oncológicos. Nesse sentido, reforça-se a necessidade de empreender mais estudos sobre a temática e de criar políticas/programas que contribuam para colmatar as necessidades informacionais destes sobreviventes.

24. Estudo exploratório das Práticas Ambientais em Estudantes do 1.ºano da UBI

Sandra Carina Guimarães¹, Diana Cleto¹, Cláudia Mendes Silva¹ & Rafael Silva¹

¹UBI, Portugal (UBI, Portugal)

cmsilva@gmail.com

Introdução: A crescente preocupação com a sustentabilidade e a preservação ambiental tem motivado estudos sobre as práticas ambientais, especialmente no ensino superior. O presente estudo investiga as práticas ambientais adotadas pelos estudantes do 1.ºano da Universidade

da Beira Interior, analisando variáveis sociodemográficas, como o género e o rendimento familiar. Método: Participaram 241 estudantes com uma média de idades de 19 anos (DP= 3.00), 49.4% raparigas e 49.8% rapazes, pertencentes a diversas áreas de formação. A recolha de dados foi realizada com um questionário, construído pela equipa de investigação, que avaliou práticas ambientais, atitudes sustentáveis e conhecimentos ecológicos. Resultados: Os resultados revelam padrões distintos de envolvimento dos estudantes em práticas ambientais, destacando uma maior adesão a comportamentos de baixo esforço individual. As análises estatísticas revelaram também diferenças significativas entre géneros (raparigas com maior adesão a práticas de redução do desperdício alimentar e rapazes menor preocupação com a conservação da água) e rendimento familiar (estudantes de famílias de menor rendimento com menor acesso a produtos ecológicos). Discussão: Os resultados apontam para a necessidade de estratégias institucionais que promovam a educação ambiental no ensino superior com avaliações sistemáticas das medidas implementadas para garantir a sua eficácia e interiorização de valores ambientais.

25. Regulação emocional e bem-estar em estudantes do ensino superior

Cláudia Mendes Silva^{1,2}, Thaís C. Sousa¹ & Sandra Carina Guimarães^{1,2}

¹Departamento de Psicologia e Educação, UBI, Portugal

²Centro de Investigação em Educação e Psicologia, Universidade de Évora, Portugal

cmsilva@ubi.pt

Introdução: O ingresso no ensino superior acarreta novos desafios para os estudantes, podendo conduzir a algumas dificuldades ao nível da sua saúde mental. Este estudo pretendeu analisar os níveis de bem-estar entre estudantes do ensino superior e a sua relação com as estratégias de regulação emocional usadas pelos mesmos. Método: Participaram 300 estudantes, com uma média de idades de cerca de 23 anos (DP = 5.86) inscritos em vários cursos de diferentes regiões de Portugal, sendo que 70% eram do género feminino. Os estudantes responderam a um questionário de Estratégias Comportamentais de Regulação Emocional (BERQ) e um Questionário de Bem-estar (EMMBEP). Resultados: Foram encontrados bons níveis de bem-estar na amostra, especialmente nas dimensões Sociabilidade e Equilíbrio. As estratégias de regulação emocional mais utilizadas pelos estudantes foram “Abordar ativamente” e “Distração”, enquanto “Ignorar” demonstrou ser a subescala com pontuação mais baixa. Encontrou-se, ainda, uma correlação positiva entre bem-estar e estratégias de regulação emocional. Discussão: Demonstrou-se que os estudantes utilizavam preferencialmente estratégias de regulação emocional mais adaptativas, e que as estratégias de regulação comportamental influenciam de modo positivo o seu bem-estar. Deste modo a promoção das estratégias de regulação emocional positivas junto dos estudantes do Ensino Superior pode ter um impacto positivo na saúde mental dos estudantes.

26. Perturbações psicossomáticas maternas e as suas repercussões no recém-nascido/bebé

Pilar Gonçalves Mota & Paula Saraiva Carvalho

a46470@fcsaude.ubi.pt

Introdução: Este trabalho visa rever a investigação existente sobre o impacto das perturbações psicossomáticas maternas, nomeadamente ansiedade e depressão durante a gravidez, nos desfechos obstétricos, desenvolvimento do recém-nascido e saúde ao longo

da vida. Enquadra-se na teoria da Programação Fetal, segundo a qual o ambiente intrauterino influencia a maturação dos sistemas neuroendócrino, imunitário e epigenético do feto. Método: Foram reunidos artigos que se enquadrem no tema, de forma a realizar uma revisão narrativa adequada. Os dados recolhidos para este presente estudo foram obtidos através da *PubMed*. Foram incluídos artigos relacionados com o estudo das perturbações psicossomáticas na gravidez publicados até ao momento, utilizando os seguintes filtros: ("*psychosomatic disorders in mothers*" OR "*maternal stress*" OR "*maternal depression*" OR "*maternal anxiety*") AND ("*neonatal outcomes*" OR "*premature birth*" OR "*low birth weight*" OR "*infant development*" OR "*neonatal health*") AND ("*fetal development*" OR "*maternal-infant bonding*" OR "*hormonal changes*" OR "*immune response*") "*Psychosomatic disorders in mothers AND neonatal outcomes*" "*Maternal stress AND infant development*" "*Impact of depression on pregnancy AND neonatal health*" "*Anxiety in pregnancy AND premature birth OR low birth weight*" Resultados: Os resultados evidenciam associações consistentes entre perturbações psicossomáticas maternas e: 1. Parto pré-termo e baixo peso à nascença; 2. Alterações na reatividade autónoma e neurocomportamental do recém-nascido; 3. Défices cognitivos precoces; 4. Maior risco de doenças psiquiátricas e metabólicas na infância e idade adulta. Discussão: A saúde mental materna revela-se um determinante primário da saúde pública. O estudo sublinha a necessidade de incluir a triagem psicológica sistemática nos cuidados pré-natais e promover intervenções precoces e multidisciplinares para mitigar os efeitos intergeracionais do stress gestacional. Palavras-chave: perturbações psicossomáticas, gravidez, recém-nascido, revisão narrativa.

27. Projeto Estilos Parentais em Populações Insulares e Continentais: Implicações para a Saúde Mental

Inês Catarina Batista¹

¹Universidade da Beira Interior, Portugal

catarina.batista@ubi.pt

O presente projeto, financiado pela FCT, visa desenvolver um programa inovador de promoção de competências parentais positivas, com o objetivo de melhorar o bem-estar biopsicossocial de crianças, adolescentes e seus cuidadores. Foca-se nas disparidades entre os estilos parentais em Portugal Continental e Regiões Autónomas, promovendo intervenções culturalmente ajustadas. Sustentado nos ODS 3, 10 e 16, o projeto estrutura-se em quatro estudos: (a) revisão sistemática da literatura sobre programas de promoção da parentalidade positiva; (b) estudo quantitativo, que analisará os estilos parentais e fatores preditores em amostras do Continente e Ilhas, recorrendo a instrumentos validados; (c) estudo quase-experimental, para o desenvolvimento, implementação e avaliação de um programa de competências parentais centrado na comunicação, resolução de problemas e envolvimento escolar; e (d) estudo qualitativo, com entrevistas a cuidadores e professores, para compreender o impacto do programa na saúde mental e nas dinâmicas familiares. Atualmente, o estudo encontra-se na fase de revisão sistemática da literatura, que servirá de base teórica às fases seguintes. Pretende-se, com este projeto, contribuir para o desenvolvimento de políticas públicas mais inclusivas e adaptadas às especificidades insulares, com impacto esperado na redução de comportamentos de risco, melhoria da saúde mental familiar e promoção da igualdade no acesso a intervenções eficazes.

28. Relação entre maus-tratos infantis e estratégias de regulação emocional em adultos:

Revisão sistemática da literatura

Ana Morais¹ & Ludovina Ramos^{1,2}

¹Universidade da Beira Interior, Portugal

²CIDESD - Research Center in Sports Sciences, Health Sciences and Human Development
Centro de Investigação em Educação e Psicologia, Universidade de Évora (CIEP-UE),
Portugal

annaclaudiaacpm@gmail.com

Os maus-tratos infantis afetam diversas áreas da vida de uma criança, assim como impactam o seu desenvolvimento normativo. A presente revisão sistemática da literatura tem como objetivo compreender a relação entre maus-tratos infantis e as estratégias de regulação emocional em adultos. Maus-tratos infantis caracterizam-se por qualquer ação ou omissão, por parte de um cuidador responsável pela criança, em prestar os cuidados necessários e que comprometa o desenvolvimento normativo infantil. A regulação emocional pode ser definida pela tentativa de as pessoas influenciarem o momento em que determinada emoção ocorre, através de estratégias de regulação emocional, tais como a reavaliação cognitiva e a supressão. Para conduzir a revisão, utilizou-se o modelo PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta Analyses*). As bases de dados utilizadas foram a *Scopus*, *PubMed* e *Web of Science*, com um intervalo temporal 2019 - 2024. No total foram incluídos 12 artigos científicos. Em termos gerais, os resultados suportam a existência de uma associação positiva entre maus-tratos infantis e adoção de estratégias de regulação emocional desadaptativas, como a supressão e a ruminação. Além disto, os maus-tratos infantis foram também associados a maiores dificuldades de regulação emocional e menor uso de estratégias adaptativas, como a reavaliação cognitiva. Salienta-se ainda a importância do papel dos cuidadores no desenvolvimento emocional das crianças.

29. Transdiagnostic Factors Associated with Help-Seeking Related to Sexual Distress:

Qualitative Study

Patrícia M. Pascoal^{1,2,3}, Gerhard Andersson^{1,4,5,6}, Vinicius Fischer⁷, Andreia A. Manão¹, Cátia Oliveira¹, Catarina Raposo^{1,8}, Pedro Rosa^{1,9}, Magda Roberto¹⁰, Graça Santos¹¹, Nuno Tomada^{12,13}, Anna Maria Giraldi¹⁴

¹Lusófona University, HEI-Lab: Digital Human-Environment Interaction Labs, Portugal

²Clínica Universitária de Psiquiatria e Psicologia Médica, Faculdade de Medicina, Universidade de Lisboa, Lisbon, Portugal

³PSYLAB, Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB), Faculdade de Medicina, Universidade de Lisboa, Lisbon, Portugal

⁴Department of Behavioural Sciences and Learning, Department of Biomedical and Clinical Sciences, Linköping University, Linköping, Sweden

⁵Department of Clinical Neuroscience, Karolinska Institutet, Stockholm, Sweden

⁶Department of Health, Education and Technology, Luleå University of Technology, Luleå, Sweden

⁷Centre Hospitalier Neuro-psychiatrique (CHNP), Rehaklinik, Zentrum für Psychotherapie

⁸Center for Psychology at the University of Porto, Faculty of Psychology and Educational Sciences of the University of Porto, Portugal

⁹Instituto Superior Manuel Teixeira Gomes, Portimão, Portugal

¹⁰CICPSI— Centro de Investigação em Ciência Psicológica, Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal

¹¹Hospital da Luz, Odivelas, Portugal

¹²Instituto de Investigação e Inovação em Saúde, Porto, Portugal

¹³ School of Psychology and Life Sciences (EPCV) of Lusófona University, Lisbon, Portugal

¹⁴ Copenhagen University

andreia.manoa@ulusofona.pt

"Introduction: Distress is the main symptom of sexual dysfunction. Research on distress during partnered sex is limited, and no model exists to guide clinical practice. This qualitative online study explores how heterosexual individuals describe their distress experiences and compares the answers of those who seek help with those who do not and investigates their reasons for not seeking help. Methods: We analysed answers from 438 participants (M=41.06), mostly women (69.7%). Results: Three themes were developed:(1) Sexual (dys)function (It's the function) focuses on pleasure;(2) Intimacy dynamics (It's us!) addresses relationship challenges;(3) Intrapersonal struggles (It's me!) highlight individual factors from societal messages. Many (54.1%) wanted help but had not sought it; some (13.2%) tried but faced barriers (e.g.shame). Help-seeking was common among those with pain during sex or medical issues (e.g.haemorrhoids), aligning with theme 1. Those with partner issues (e.g.poor communication) sought help less, linking to theme 2. Discussion: Our results highlight that partnered communication and cognitive processes, shape the experience of sexual distress. Addressing these factors requires clinically-based research focusing on sexual distress as the main outcome, alongside secondary outcomes like emotional issues and sexual pleasure. Functional problems may predict help-seeking behavior, and online transdiagnostic interventions could help overcome barriers to seeking help."

CAPÍTULO 4 – WORKSHOPS

1. Primeiros Socorros Psicológicos: para todos

Liliana Pilha

liliana.pilha.carola@ubi.pt

Objetivos: 1) Dotar os participantes com conhecimentos de base para a aplicação de Primeiros Socorros Psicológicos (PSP); 2) Capacitar com ferramentas de estabilização emocional; 3) Contribuir para a minimização do impacto de eventos disruptivos de vida; 4) Identificar os princípios de ação; 5) Saber o que fazer e o que não fazer antes, durante e após a intervenção; 6) Reconhecer a importância do autocuidado. Descrição: Este workshop tem como objetivo capacitar os participantes a oferecer apoio imediato a pessoas em crise emocional, em diferentes contextos e situações. Os Primeiros Socorros Psicológicos são uma abordagem prática e acessível, que visa aliviar o sofrimento, promover segurança e facilitar o acesso a outras formas de ajuda. Durante o workshop, serão exploradas as bases teóricas e práticas do modelo PSP, com foco nos princípios “Ver, Ouvir e Ligar”. Os participantes aprenderão a reconhecer sinais de sofrimento psicológico, a agir com empatia e a respeitar as características individuais de quem está em crise. O conteúdo inclui estratégias de autocuidado para quem presta ajuda, destacando a importância da resiliência e do equilíbrio emocional dos próprios intervenientes. Atividades práticas, como simulações (role-play), serão utilizadas para reforçar o aprendizado. Os tópicos a abordar são: 1) Introdução aos Primeiros Socorros Psicológicos, 2) Princípios de Ação (Ver, Ouvir e Ligar), 3) Autocuidado e Resiliência, 4) Atividades práticas e simulações. Estrutura do Workshop: Requer uma sala

que permita dinâmicas de grupo, equipada com PC + Projetor, *flipchart* e marcadores. É destinado a qualquer adulto, no máximo 20 participantes, e tem a duração prevista de 2 horas. Relevância: A importância deste workshop vai além da intervenção individual, assumindo uma perspectiva mais abrangente de saúde pública, ao fomentar uma comunidade mais resiliente. Integrado no tema das conferências, pretende proporcionar um espaço de debate e reflexão sobre as exigências de adaptação impostas por uma realidade em constante mudança e imprevisibilidade, bem como o papel psicoeducativo da psicologia, assente na prevenção e capacitação ao nível da saúde mental.

2. Perturbação de Hiperatividade e Défice de Atenção: Intervenção Psicológica em Consulta Clínica

Inês Catarina Batista

Carla Pereira

catarina.batista@ubi.pt962014333

"A PHDA é uma perturbação do neurodesenvolvimento frequentemente identificada em contexto clínico, sendo que a sua expressão pode ser variável e associada a dificuldades emocionais, académicas e/ou relacionais. Esta temática é transversal a diversas áreas da psicologia, mantendo-se como um dos principais motivos para procura de acompanhamento psicológico na infância e adolescência. A sua frequência exige dos profissionais uma contínua atualização de conhecimentos. O workshop insere-se na linha temática das Conferências ao abordar práticas baseadas em evidência científica, com impacto direto na saúde mental infantojuvenil, contribuindo para a formação contínua dos participantes. O workshop irá partir de uma breve revisão teórica acerca dos critérios de diagnóstico (DSM-5-TR) e possíveis comorbilidades, para depois se focar nas práticas de avaliação psicológica e principais modelos de intervenção individual e familiar. Serão exploradas técnicas cognitivo-comportamentais, estratégias de psicoeducação e de gestão emocional e comportamental, tendo por base casos práticos. Como tal, o presente workshop tem como principais objetivos dotar os profissionais e estudantes de Psicologia de conhecimentos atuais sobre a PHDA, promover o desenvolvimento de competências práticas para avaliação e intervenção clínica com crianças e adolescentes com PHDA e refletir sobre os desafios frequentes em contexto de consulta. O workshop será de natureza teórico-prática, com recurso a exposições breves, discussão de casos clínicos e simulações de intervenção. Desse modo, o número mínimo de participantes estabelece-se em 5 pessoas, sendo o número máximo 15 pessoas. Serão necessários um computador, projetor, folhas e canetas. "

3. Comunicação Autêntica

Lídia Isabel Fidalgo Joaquim Ferreira

Filipa Alexandra Batista de Moura Inácio

Objetivos: 1. Proporcionar uma experiência vivencial de comunicação autêntica por meio de um Grupo de Encontro; 2. Desenvolver escuta empática e presença genuína na relação com o outro; 3. Identificar barreiras internas e externas à comunicação autêntica; 4. Experimentar diferentes formas de expressão pessoal e de interação interpessoal; 5. Ampliar a consciência de si e a compreensão das próprias emoções na comunicação; 6. Refletir sobre a aplicação

dos princípios vivenciados no contexto clínico e profissional. Descrição: A comunicação autêntica é essencial para a construção de relações terapêuticas genuínas e eficazes. Inspirado na abordagem de Carl Rogers, este workshop será facilitado no formato de Grupo de Encontro, proporcionando um espaço seguro para a vivência e experiência da comunicação autêntica. Os participantes serão convidados a uma expressão em liberdade, explorando as suas emoções, percepções e dificuldades na comunicação interpessoal, pela facilitação da escuta empática, cuidado incondicional e expressão genuína. A experiência permitirá que os participantes tomem consciência das barreiras à comunicação autêntica, desenvolvam maior sensibilidade à comunicação não verbal e experimentem novas formas de interação, mais espontâneas e profundas. Este workshop não se baseia apenas na transmissão de conhecimento, mas na vivência da comunicação autêntica e no crescimento pessoal e profissional por meio da experiência grupal. Relevância: A comunicação autêntica é um dos pilares da Psicoterapia Humanista e fundamental para a construção de relações terapêuticas eficazes. No contexto da Psicologia Clínica e da Saúde, a experiência de ser ouvido genuinamente e ouvir com empatia fortalece a conexão com os clientes, melhora a qualidade da escuta e potencializa a transformação pessoal e profissional. O formato de Grupo de Encontro permite que os participantes se envolvam de forma profunda e experiencial, facilitando a internalização de conceitos essenciais da comunicação autêntica, que podem ser aplicados diretamente no trabalho clínico e na vida pessoal. Estrutura do Workshop: Materiais necessários: Sala ampla e confortável, disposta em círculo. Público-alvo: Psicólogos clínicos, terapeutas, estudantes de Psicologia e profissionais da área da Saúde interessados na abordagem humanista. Número de participantes: Mínimo de 8 e máximo de 20. Duração: 2 horas.

4. Terminei os estudos, e agora? Caminhos práticos na Psicologia Clínica em Portugal

Antônio Oliveira

antonio.oliveira@ubi.pt / 912790023

"Este workshop tem como objetivo orientar estudantes, psicólogos juniores, estagiários e profissionais em início de carreira na transição para a prática clínica em Portugal. Serão abordados temas essenciais como inscrição na OPP, ERS, contratação de supervisão, documentação obrigatória (contrato terapêutico, consentimento informado), precificação, gestão de agenda e comunicação profissional. A metodologia será expositiva e interativa, com partilha de experiências, exemplos práticos e simulações de situações reais do início da prática clínica. Pretende-se promover uma reflexão sobre a construção da identidade profissional e os caminhos possíveis dentro da Psicologia Clínica, com ênfase na ética, sustentabilidade e compromisso com a evidência científica. Materiais necessários: projetor, computador, folhas de apoio. Público-alvo: estudantes finalistas, estagiários e psicólogos em início de atividade. N.º mínimo/máximo de participantes: 5 a 50. Duração: até 2 horas. A proposta é relevante por responder a uma necessidade recorrente entre jovens profissionais: saber como iniciar uma prática clínica autónoma, legal e ética no contexto português atual.

5. Violência, Vítimas e Agressores: Um Padrão Familiar Disfuncional

Hugo César dos Santos Roque Vicente

hugo.cesar.vicente@ubi.pt

Principal Objetivo: Divulgar a necessidade de aumentar a oferta de intervenção clínica, em agressores e famílias com padrões disfuncionais de funcionamento. Consciencializar os técnicos para a importância do trabalho desenvolvido nesta área de intervenção. Estrutura do workshop Apresentação dos dados sobre a violência doméstica e Familiar em Portugal, referentes a 2023 e 2024. Definições de violência doméstica e familiar (OMS, 2021). Abordagem dos Padrões Familiares disfuncionais: 1. Comunicação Agressiva e Hostil, 2. Círculo da Violência, 3. Desigualdade de Poder, 4. Negligência Emocional, 5. Rigidificação dos Papéis Familiares, 6. Isolamento Social. Agressores: O Outro Lado da Moeda Breve enquadramento histórico dos programas de intervenção com agressores. Os Programas que estão a ser aplicados em Portugal, com referência ao número de instituições que o aplicam, número de indivíduos em que foram aplicados. Perspetivas recentes e desafios. Apresentação do Programa *Building choices*, (Programa aplicado no reino Unido) Dando a conhecer a sua abordagem multidisciplinar, a sua envolvimento com a comunidade, as grandes vantagens deste programa. Apresentação de dois estudos de Caso: Casos acompanhados no Espaço+ Família, projeto da Câmara Municipal de Loures. Apresentação de um caso individual, sinalizado por violência doméstica. Apresentação de um caso de uma intervenção familiar, de sinalização por violência familiar. Reflexão sobre as maiores dificuldades em Trabalhar com este público. Adesão ao Processo e Aliança Terapêutica Atividades em grupo: criar 6 grupos de 8 pessoas, aos quais será distribuído um cenário hipotético, para que discutam uma estratégia, de como abordá-lo, tendo como objetivo conseguir desenvolver adesão ao processo e aliança terapêutica. Os grupos terão aproximadamente 15 minutos para realizar esta tarefa. Após este tempo, serão recolhidas as maiores dificuldades de cada grupo, para levar a tarefa a cabo. Depois será feita uma discussão com o toda a audiência sobre as dificuldades e serão abordadas estratégias para se ultrapassarem essas dificuldades e constrangimentos. Organização do Workshop: Apresentação dos conceitos e racionais teóricos 30 minutos. Apresentação dos Estudos de Caso 20 minutos. Perguntas sobre os casos práticos 10 minutos. Parte prática 60 minutos. Material Necessário: Suporte técnico para a projeção da apresentação. Quadro para anotar os resultados do trabalho dos grupos. Folhas de Papel A4 e canetas. Número Máximo de participantes 48.

6. Demências: Avaliação e Intervenção

Mariana Dinia

Daniela Sabino

mariana.dinis@ubi.pt

Objetivos: Este workshop visa capacitar os participantes com estratégias de comunicação eficaz adaptadas ao contexto da avaliação e intervenção junto de pessoas com demência. Pretende-se melhorar a qualidade da interação profissional-pessoa cuidada, promover abordagens empáticas e facilitar a recolha de informação clínica relevante, respeitando as limitações cognitivas do público-alvo. Descrição: A comunicação com pessoas com demência exige sensibilidade, conhecimento e adaptação constante. Este workshop assenta numa abordagem teórico-prática, com base em princípios da neuropsicologia e geriatria, complementados por dinâmicas interativas. Serão abordadas técnicas para facilitar a compreensão, reduzir frustrações e promover o envolvimento da pessoa com demência nas fases de avaliação e intervenção, incluindo o papel essencial dos cuidadores. Estrutura do Workshop: Materiais necessários: Projetor, folhas A3, marcadores, post-its, vídeos ilustrativos, material de simulação. Público-alvo: Estudantes e profissionais da área da saúde mental. Número de participantes: mínimo 8, máximo 20. Duração: 2 horas. Relevância: Integrado nas 4as Conferências Internacionais em Psicologia Clínica e da Saúde, este

workshop responde à crescente necessidade de preparar profissionais para os desafios inerentes à intervenção junto de populações demenciais. A comunicação é uma ferramenta essencial tanto na avaliação como na intervenção, influenciando diretamente a eficácia das práticas e a qualidade de vida das pessoas afetadas. Assim, esta formação contribui para uma abordagem mais humana, informada e funcional no trabalho com esta população.