

Esta investigação teve como objectivo compreender a forma como é experimentado o suporte social por mulheres com cancro da mama, quais são as suas principais fontes de suporte social e quais as suas necessidades de suporte social.

Foram realizadas 6 entrevistas semi-estruturadas a mulheres com cancro da mama, com idades compreendidas entre os 30 e os 65 anos que já tinham passado por uma fase de tratamento. As entrevistas foram transcritas e os textos foram analisados de acordo com o método de Análise Fenomenológica Interpretativa (IPA) de Jonathan Smith.

Os resultados mostraram que o suporte social percebido como positivo foi bastante importante e ajudou as participantes no estudo a lidar com a situação de doença.

As principais fontes de suporte social identificadas foram a família (nomeadamente os conjugues), os profissionais de saúde e outras pessoas com cancro.

O suporte familiar disponibilizado foi referido como particularmente importante, em especial nas dimensões instrumental e emocional. Na família, o suporte instrumental prestado pelos companheiros relacionou-se mais com o transporte aos tratamentos e o suporte disponibilizado por familiares do género feminino relacionou-se mais com a realização de tarefas domésticas. O suporte dos conjugues foi bastante valorizado. Por vezes, as participantes neste estudo viram-se forçadas a dar suporte emocional em vez de o receberem.

*Palavras-chave:* Avaliação de necessidades – Experiência de suporte social, Cancro da mama, Hospital, Mulheres.

#### SIMPÓSIO (CS15)

### PSICOLOGIA POSITIVA E PROMOÇÃO DA SAÚDE EM CRIANÇAS, ADOLESCENTES, JOVENS E ADULTOS

Coordenação: *J. L. Pais-Ribeiro & Susana C. Marques*, FPCE, Universidade do Porto / Unidade de Investigação em Psicologia e Saúde, ISPA – Instituto Universitário

*Objectivos:* O foco da Psicologia Positiva no estudo do bem-estar dos indivíduos, das instituições e comunidades, vem trazer diversos contributos para a Psicologia da Saúde com desenvolvimentos relevantes, nomeadamente ao nível da intervenção. Este simpósio integra estudos que apresentam propostas e programas de intervenção para a promoção de variáveis psicológicas positivas em crianças, adolescentes, jovens e adultos com benefícios psico-sociais e implicações para a saúde dos indivíduos.

#### A ESPERANÇA EM JOVENS COM PARALISIA CEREBRAL: IMPACTO DE UMA INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA EM GRUPO

*Diana Brandão<sup>1</sup>, & José Luís Pais Ribeiro<sup>1,2</sup>*

<sup>1</sup>FPCE, Universidade do Porto;

<sup>2</sup>Unidade de Investigação em Psicologia e Saúde, ISPA – Instituto Universitário

Este estudo pretende avaliar o impacto de uma Intervenção Psicológica em Grupo na promoção da Esperança em jovens com Paralisia Cerebral.

A Esperança refere-se à crença do indivíduo na sua capacidade encontrar caminhos para os objectivos que deseja atingir, e de se tornar motivado para os usar (Snyder, 2002). É constituída por dois factores: Iniciativa (sensação de determinação triunfante para o alcance de objectivos pessoais) e Caminhos (sensação de capacidade para gerar planos bem sucedidos para alcançar os objectivos) (Snyder, 2004).

A Paralisia Cerebral (PC) descreve um grupo de condições crónicas caracterizadas pela disfunção motora (UCP, 2001). É, essencialmente, uma incapacidade física, que dificulta os movimentos e a postura corporais (NINDS, 2006; WHO, 1993), impondo, assim, a adopção de um estilo de vida específico, nem sempre dirigido a objectivos.

Participaram 58 indivíduos com PC: 29 pertenceram ao Grupo de Intervenção (GI) e 29 ao Grupo de Comparação (GC).

Os participantes preencheram um questionário que incluía informação sócio-demográfica e a Escala de Esperança (Snyder et al., 1991 adaptada por Marques e Pais-Ribeiro, 2006), antes e após a intervenção. A Intervenção, que pretendia potenciar a Esperança, constituiu-se por 15 sessões quinzenais, de 1h30 de duração. Antes da intervenção, o GI apresentava menor Esperança e Iniciativa do que o GC, no entanto, esta diferença não se verificou após a intervenção. Observou-se um aumento da Esperança e Iniciativa, após a intervenção, apenas no GI. Estes resultados parecem sugerir um efeito positivo da intervenção psicológica em grupo na promoção da Esperança em jovens com PC.

*Palavras-chave:* Centro de saúde, Indivíduos com necessidades especiais, Programa de intervenção.

#### PROGRAMA DE INTERVENÇÃO PARA A PROMOÇÃO DA EXPRESSÃO EMOCIONAL

*Edite Agra Amorim (edite.amorim@gmail.com)*

Universidade de Barcelona, Espanha

Desde o início do estudo sistemático sobre as emoções no final do século XIX, com a teoria de James-Lange, até às teorias mais recentes sobre o tema (Damásio, 1995, Ledoux, 1996), a expressão das emoções tem sido relacionada com a expressão corporal e considerada um factor primordial para a manutenção da saúde psíquica e física (Damásio, 2003, Lowen, 1984).

O objectivo deste estudo é contribuir para o desenvolvimento da expressão emocional através do trabalho corporal expressivo. Descreve-se uma proposta de um programa de intervenção breve, para a promoção da expressão emocional em adultos no contexto de grupo. Este programa é constituído por 10 sessões semanais de 90 minutos, em que cada sessão está focada no desenvolvimento e capacidade expressiva dos participantes, utilizando técnicas corporais (plástica, dança, movimento, contacto, experiência sensorial), trabalho de emoções e técnicas de relaxamento, com uma organização de trabalho orientada segundo a lógica bio-psico-social, com enfoque intrapessoal, interpessoal, intragrupal e intergrupalo.

#### PROGRAMA DE INTERVENÇÃO COM ADOLESCENTES E JOVENS MÃES

*Luisa Ramos Santos*

Instituto Politécnico de Viana do Castelo

A investigação sobre o lazer aponta consistentemente para a importância dos seus benefícios psicológicos e para a sua influência na saúde, crescimento individual e aquisição de comportamentos saudáveis nos indivíduos. A educação para o lazer pode ser vista como um processo de desenvolvimento global que potencia uma melhor qualidade de vida dos indivíduos através de actividades recreativas ou culturais, tendo mais impacto na qualidade de vida do que em qualquer outra área do comportamento ou da experiência individual (Mannell & Kleiber, 1999). Os estudos mostram que alguma predisposição para determinadas actividades parece acompanhar o indivíduo ao longo do seu ciclo de vida.

O presente estudo tem como objectivo propor um programa de intervenção para a promoção da saúde de adolescentes grávidas e/ou jovens mães através da análise dos tempos de lazer de cada uma. Esta intervenção justifica-se pelo desafio de dar resposta às dificuldades sentidas pelas adolescentes relativamente à segurança e apoio, que proporcionem conforto afectivo; ao amor, solidariedade e ajudas aquando das dificuldades emocionais específicas e nas comuns à gravidez e à maternidade. O ajustamento, considerado como uma possível reacção à mudança que permite a um organismo tornar-se mais bem adaptado a essa mudança (Sharpe & Curran, 2006), parece essencial durante a gravidez e a maternidade na adolescência onde se pode considerar a existência de uma crise de desenvolvimento dupla.

É um programa de intervenção breve e em pequeno grupo de jovens, dinamizado por uma equipa multidisciplinar, com uma componente inicial de análise centrada em cada jovem e nas suas experiências pessoais de satisfação e de enriquecimento e, uma componente prática no sentido de uma melhor eficácia individual para este período do ciclo de vida e ao longo de todo o ciclo através de experiências positivas de lazer.