

investigação, cumpre os critérios de perturbação de pós-stress traumático, em resultado do diagnóstico de cancro da mama, tal como estes foram definidos na edição revista da quarta edição do Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais da *American Psychiatric Association* (2000). Os resultados demonstram ainda, que a perturbação de pós-stress traumático está associada a uma maior utilização das estratégias desânimo/fraqueza, evitamento e preocupação ansiosa, assim como, com níveis inferiores de satisfação com o suporte social e um menor recurso à estratégia espírito de luta. Os dados indicam a necessidade de se desenvolverem programas de intervenção que objectivem prevenir o desenvolvimento de patologia pós-traumática por parte de mulheres com cancro da mama.

A SÍNDROME DE BURNOUT EM PROFISSIONAIS DE SAÚDE: INCIDÊNCIA EM FISIOTERAPEUTAS

Lady Valente (andreinafreitas@gmail.com) & Sandra Rodrigues
Universidade Fernando Pessoa, Porto

A Síndrome de *Burnout* é um tipo de stress ocupacional que pode levar a repercussões psicossomáticas, emocionais e alterar profundamente a vida pessoal e profissional do indivíduo. A literatura existente neste domínio tem evidenciado uma elevada prevalência de stress e *burnout* entre os profissionais de saúde, mas também nas pessoas a quem prestam serviço. O presente trabalho abordou o tema do *burnout* em profissionais de saúde, com incidência em fisioterapeutas que prestam serviço em clínicas privadas, seleccionadas aleatoriamente, na zona do grande Porto. A amostra do estudo é constituída por 38 fisioterapeutas, 14 do sexo feminino e 14 do sexo masculino com idades compreendidas entre os 24 e 41 anos (29,39±4,79), maioritariamente solteiros e sem filhos menores. O instrumento utilizado na colheita de dados foi a escala de avaliação do *burnout*, o Maslach Burnout Inventory- General Survey (Schaufeli, Leiter, Maslach, & Jackson, 1996; Nunes, 1999), com o intuito de medir o grau de síndrome entre estes profissionais. Os resultados obtidos demonstraram que os fisioterapeutas da amostra estudada apresentam um baixo grau de *burnout*, caracterizado por reduzidos níveis de exaustão emocional e física e de cinismo, e elevados níveis de eficácia profissional. Os resultados também evidenciaram a importância de algumas variáveis demográficas que parecem contribuir para o aumento dos níveis médios destas dimensões.

BURNOUT E SATISFAÇÃO NO TRABALHO EM BOMBEIROS QUE TRABALHAM NA ÁREA DA EMERGÊNCIA PRÉ-HOSPITALAR

Natália Vara (vara.natalia@gmail.com) & Cristina Queirós
FPCE, Universidade do Porto

Este trabalho tem como objecto de estudo o burnout enquanto sentimento de fracasso face a ideais profissionais, abordando também as relações existentes entre o burnout e a satisfação no trabalho. Pretendemos conhecer a prevalência deste fenómeno em bombeiros que trabalham na área da emergência pré-hospitalar, verificar se existem diferenças entre o aparecimento do burnout e determinadas variáveis profissionais (nomeadamente, zona do país e tipo de situação profissional, como bombeiros voluntários ou bombeiros profissionais), e verificar se existe uma associação entre o burnout e a satisfação profissional neste grupo de profissionais. Através de um questionário inquirimos 119 bombeiros que trabalham na área da emergência pré-hospitalar em diferentes zonas do país. Os resultados obtidos permitiram-nos concluir que: – os bombeiros do sexo masculino apresentam maior nível de despersonalização; – a zona centro do país apresenta maiores níveis de exaustão emocional enquanto as zonas norte e sul apresentam maior satisfação no trabalho; – os bombeiros voluntários assalariados apresentam maiores níveis de exaustão

emocional, associada a um menor grau de satisfação com a carga horária das tarefas; – a carga horária das tarefas e o horário de trabalho estão associadas à exaustão emocional; – na amostra inquirida existe uma relação entre satisfação no trabalho e burnout, pois um maior grau de satisfação no trabalho está associado a níveis menores de exaustão e de despersonalização.

IMPACTO PSICOLÓGICO DA INVESTIGAÇÃO EM VETERANOS DA GUERRA COLONIAL PORTUGUESA: RE-TRAUMATIZAÇÃO E/OU CRESCIMENTO PÓS-TRAUMÁTICO?

Liliana Ribeiro, Sandra Sendas, & Ângela Maia
Universidade do Minho

A investigação com vítimas de experiências potencialmente traumáticas ao provocar a activação de memórias relacionadas com esses acontecimentos suscita questões éticas devido ao risco de uma re-traumatização dos participantes, todavia, alguns estudos mostram que a partilha de experiências traumáticas poder ser uma oportunidade de organização dessas experiências (Seagal & Pennebaker, 2000). Este estudo avaliou o tipo de impacto psicológico resultante da partilha das memórias da guerra colonial portuguesa, comparando os efeitos decorrentes da evocação das memórias de guerra em veteranos diagnosticados com perturbação de stress pós-traumático mais severa, com veteranos, em que a perturbação era menos grave ou inexistente ao nível da alteração dos sintomas de perturbação de stress pós-traumático e/ou percepção de crescimento pós-traumático. Entrevistaram-se 33 veteranos da Guerra Colonial Portuguesa (média 57,53; $dp=3,69$), telefonicamente, algum tempo após a realização de uma entrevista autobiográfica sobre as suas experiências de guerra (Sendas, 2005). Utilizou-se o Questionário sobre o Impacto da Entrevista – Q.I.E. (Sendas, Ribeiro, & Maia, 2007), que integra quer sintomatologia de PTSD, quer índices de crescimentos pós-traumático. Verificámos que a entrevista teve um impacto diferencial nos sujeitos, estando o mesmo associado ao nível de perturbação pré-existente, e à gravidade do trauma vivido. Estes resultados vão ao encontro quer das investigações que defendem a importância de ter em conta aspectos éticos específicos aquando da avaliação/investigação junto de vítimas de trauma como daquelas que defendem que a partilha de experiências traumáticas pode contribuir para a sua organização psicológica e resultar em crescimento pós-traumático (Calhoun & Tedeschi, 2004).

UM ESTUDO EXPLORATÓRIO SOBRE O SUICÍDIO NAS FORÇAS POLICIAIS PORTUGUESAS

Susana Matias Santos (sms_ferreira@hotmail.com)¹ & Cristina Queirós²
¹ICBAS; Universidade do Porto; ²FPCE, Universidade do Porto

A profissão de polícia é reconhecida mundialmente como uma das que se encontra em maior risco de enveredar por comportamentos suicidários. A realidade portuguesa tem demonstrado nos últimos anos um número crescente de suicídios em elementos das forças policiais. Este trabalho tem como objectivo verificar se a ideação/comportamentos suicidas varia em função de características individuais, da existência de experiências profissionais potencialmente ameaçadoras e perturbadoras e dos índices de depressão e desânimo. Através de um questionário inquirimos 78 polícias (26 da P.S.P., 26 da G.N.R. e 26 da P.J.), na sua maioria com o 12º ano de escolaridade e com idades entre os 22 e os 56 anos. Os resultados obtidos permitiram-nos concluir que: – os inquiridos assistiram já a um largo espectro de acontecimentos perturbadores no âmbito da sua actividade profissional, apresentam baixa satisfação com o trabalho e valores baixos nos questionários Beck Hopelessness Scale e Beck Depression Inventory; – existem correlações positivas entre valores altos no BDI e variáveis relacionadas com os comportamentos suicidas, e

entre valores elevados na BHS e o consumo de algumas substâncias; – quanto menos satisfeitos com o trabalho mais elevados os valores na BHS e no BDI; – há 9 inquiridos que admitem ter pensado, tentado ou preparado o suicídio e dos métodos seleccionados destaca-se a arma de fogo; – há 8 inquiridos que possuem antecedentes familiares de suicídio; – a ideação/comportamentos suicidas não parece ser influenciada por características individuais.

AUTONOMIA, ATITUDES E COMPORTAMENTOS DE SAÚDE EM JOVENS ADULTOS

Margarida Varela (margaridavarela@gmail.com)¹, Etá Costa², & Pierre Tap³

¹Instituto Piaget; ²Internato Viseense de Santa Teresinha; ³Universidade de Toulouse Le Mirail

Na transição para o ensino superior o estudante deve realizar determinadas tarefas desenvolvimentais inerentes a este período do ciclo de vida, nomeadamente a promoção da autonomia. No entanto, por vezes, estas tarefas não são realizadas com sucesso, o que pode provocar crises adaptativas que podem ter um efeito determinante nas atitudes e comportamentos de saúde. O presente estudo empírico realizado com uma amostra de 110 estudantes do ensino superior, de ambos os sexos (Feminino: 79,1%; Masculino:20,9%), com idades compreendidas entre os 18 e os 29 anos ($M=21,25$; $DP=2,76$), que frequentam do 1.º ao último ano das licenciaturas em Enfermagem (70,9%; $n=78$) e Psicologia (29,1%; $n=32$) do Instituto Piaget de Viseu, teve como principal objectivo determinar em que medida a autonomia permite prever as atitudes e comportamentos de saúde dos jovens estudantes universitários. Para tal, utilizou-se um protocolo de investigação composto por um Questionário de Caracterização Sócio-Demográfica e dois instrumentos: o Inventário de Desenvolvimento da Autonomia (Castro, 1993) e o Questionário de Atitudes e Comportamentos de Saúde (Ribeiro, 2004). Os resultados indicam que a independência emocional e a gestão do dinheiro são preditores da prática de exercício físico; a gestão do tempo prediz os comportamentos de auto-cuidado e que a mobilidade prediz o uso de drogas ou similares. Os dados obtidos permitem concluir a existência de uma relação entre o processo de autonomização dos jovens em relação aos seus pais e colegas e a adopção de atitudes e comportamentos mais saudáveis por parte destes.

CONTROLO EMOCIONAL E DEPRESSÃO NA ADOLESCÊNCIA

Duarte Pacheco (duartepacheco@gmail.com)¹, Nelson Oliveira¹,
Lídia Félix², Pedro Silva¹, Vera Almeida¹, & José Rocha¹

¹UnIPSa, ISCSN, Paredes; ²Departamento de Psicologia, ISCSN, Paredes

Vários estudos constataam um aumento do número de adolescentes com quadro clínico de depressão nos últimos anos. Este período subentende um tempo de mudança em que as alterações biológicas, cognitivas, sociais, comportamentais e emocionais surgem em maior proporção comparando-as com outras faixas etárias. Todas estas mudanças pressupõem um ajuste emocional que nem sempre se alcança. Portanto, qualquer perturbação emocional que altere significativamente o rendimento e o decurso normal da vida de um adolescente deve ser considerada. Neste sentido, os estudos epidemiológicos sobre a depressão e, neste caso, especificamente a análise da influência da regulação emocional são de grande importância pelas implicações que podem ter ao nível da sua prevenção e tratamento. O objectivo deste estudo consiste em analisar a ocorrência de depressão e a sua relação com a expressão e controlo emocional do adolescente, dado serem variáveis pouco estudadas em Portugal nesta faixa etária. Numa amostra de 111 estudantes (52,3% sexo feminino e 47,7% sexo masculino) da Escola Secundária de Vilela, com idades entre os 14 e os 18 anos, aplicamos o Inventário de Depressão de Beck (BDI) e o Emotional Expression and Control (EEC). Analisando as relações entre escalas

do EEC em participantes deprimidos e não deprimidos (ponto de corte BDI>12), concluímos que existe diferença significativa na escala de controlo emocional ($p<0,05$). Este estudo revela que adolescentes deprimidos apresentam menor controlo emocional, pelo que será relevante a possibilidade de discutir os resultados na perspectiva de encontrar novas abordagens de prevenção da depressão para a população adolescente pré-universitária.

ESTÁGIOS ACADÉMICOS DE PSICOLOGIA EM CENTROS DE SAÚDE

Luísa Barros¹, Elsa Mourato Antunes (elsamantunes@sapo.pt)², & Suse Emiliano²

¹FPCE, Universidade de Lisboa; ²Centro de Saúde de Marvila

Os Estágios Académicos constituem uma fase essencial na formação complementar dos finalistas de Psicologia. Durante um ano lectivo, o estagiário é orientado pelos supervisores da Instituição Universitária e do Centro de Saúde onde está colocado. As actividades realizadas durante o estágio seguem diversas orientações, nomeadamente: – Grupo de Trabalho sobre Psicologia da Saúde da *European Federation of Professional Psychological Associations*; – Plano Nacional de Saúde 2004-2010 e a Estratégia de Saúde Regional; – Caderneta de Estágios de Psicologia da Região de Saúde de Lisboa; – Plano de Acção do Centro de Saúde e as Orientações dos Supervisores das Instituições Universitárias.

Partindo da experiência do estágio realizado no ano lectivo 2006/2007, iremos referir, nesta comunicação, os principais objectivos e conteúdos do estágio, bem como as actividades realizadas no âmbito da consulta de psicologia e de projectos de promoção da saúde. Será destacada a participação da estagiária no Programa de Saúde Escolar, materializada na integração de dois projectos de promoção da saúde: Projecto “Amor, Amizade e Sexualidade” – dirigido a alunos do 9º ano – e o Projecto “Tá-se Bem”, que decorreu no 1º ciclo; e a participação na Equipa de Cuidados Continuados com o Projecto de Formação “Aprender a Cuidar Bem”. É esperado que, no final da formação, o estagiário tenha adquirido um conjunto de conhecimentos, aptidões, atitudes e competências que lhe permitam intervir como futuro profissional ao nível dos Cuidados de Saúde Primários.

PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL ATRAVÉS DO GRUPO DE PARES – INTERVENÇÃO EM CONTEXTO ACADÉMICO

Anabela Pereira (apereira@dce.ua.pt)¹, Elisa Motta², Carolina Pinto²,
Olga Bernardino², Ana Melo², Joana Ferreira², & Mª João Rodrigues²

¹DCE, Universidade de Aveiro; ²GAP-SAS, Universidade de Coimbra

O presente trabalho visa apresentar os resultados da implementação de um modelo de intervenção na promoção da saúde mental e estilos de vida saudável em contexto académico recorrendo a estratégias de educação pelos pares. A intervenção assenta fundamentalmente na implementação de estratégias de *peer counselling/support*, complementadas com consultas de psicologia clínica segundo o modelo cognitivo-comportamental. Através de metodologias quantitativas e qualitativas, como questionários, entrevistas, *focus group* e dinâmicas de grupo, são apresentados resultados, quer em termos do diagnóstico dos principais problemas dos estudantes do Ensino Superior (de natureza psico-patológica e relacionados com o desenvolvimento pessoal); quer em termos da intervenção nesses problemas. O modelo de intervenção assenta numa estrutura que valoriza a formação básica, contínua e supervisão dos pares, onde são trabalhadas estratégias para a mudança de comportamentos, especificamente ao nível do controlo do stresse, comportamentos depressivos, aptidões sociais, prevenção da SIDA e IST e mudança para comportamentos saudáveis. São ainda revistas as principais implicações desta intervenção ao nível da promoção do sucesso escolar e da integração curricular de uma perspectiva holística da saúde e bem-estar.