

CO61

Impacto do programa jovens em exercício para a perda de peso: necessidades psicológicas básicas e influência parental

Susana Mariano dos Santos Veloso, Sandra Martins, Helena S Fonseca, Ana R Neves, Joana Cascais, Artur Direito, Margarida G Matos, António L Palmeira
veloso.susana@clix.pt

Objectivos: Análise do efeito de quatro meses do programa JEEP3, no IMC, na insatisfação com a forma corporal, nas necessidades psicológicas básicas (autonomia, competências e relacionamento) e na percepção acerca dos pais (envolvimento, suporte autónomo, ameaça).

Metodologia: Os 29 adolescentes (IMC=30,6±4,5 kg/m², 13,2±2,1 anos, 20 raparigas) são utentes da Consulta de Obesidade Pediátrica do Hospital de Santa Maria, que voluntariamente participaram no programa JEEP3 na Universidade Lusófona. A intervenção incluiu a prática de exercício estruturado três vezes por semana e oito sessões quinzenais para adolescentes e pais, focando nutrição, actividade física, motivação e imagem corporal. As avaliações (antropometria e psicometria) decorreram no início e final do programa

Resultados: Não se observaram evoluções significativas no IMC (30,6 para 30,4 kg/m²). Registaram-se melhorias no relacionamento ($p<,001$), decréscimo na ameaça do pai ($p=,041$) e no suporte autónomo da mãe ($p=,042$). Verificaram-se melhorias tendencialmente significativas na autonomia ($p=,078$) e competência ($p=,080$). A correlação entre as variáveis revelou uma associação positiva entre as alterações no IMC e no suporte autónomo do pai ($p=,034$).

Discussão: Apesar da amostra e período de intervenção serem reduzidos, foi possível verificar um impacto positivo do JEEP3 nas necessidades psicológicas básicas, significativo no relacionamento. Dado que os adolescentes que se sentem mais fortemente relacionados com os pais são mais autónomos na sua auto-regulação e experienciam mais bem-estar (Ryan, Stiller & Lynch, 1994), o programa parece ser eficaz na promoção de uma variável significativa para a mudança. No entanto, a diminuição do suporte autónomo da mãe pode ter influenciado a falta de resultados no IMC, atendendo à importância privilegiada da mãe no bem-estar dos adolescentes (Noemiec et al, 2006). Contrariamente, os resultados favoráveis à influência do pai, poderão significar que nestas famílias o investimento neste pode ser relevante.

Palavras-Chave: necessidades psicológicas básicas; influência parental; programa de controlo de peso em adolescentes

CO62

Motivação, saúde mental e adesão ao tratamento médico na obesidade

Sónia Mestre, José L Pais Ribeiro
soniamest@gmail.com

Introdução: Neste estudo, com base na Teoria de Auto-Determinação e na Teoria do Foco Regulador, pretendeu-se examinar a relação existente entre a motivação, a saúde mental e a adesão ao tratamento médico em sujeitos obesos em duas fases: no início do tratamento e passado 3 meses.

Método: Foram recrutados 50 sujeitos de ambos os sexos com diagnóstico de obesidade e em tratamento médico, nutricional e psicológico num hospital da área de Lisboa. Todos os participantes completaram a versão portuguesa dos seguintes questionários: o *Treatment Self Regulation Questionnaire (TSRQ)*, concerning entering the weight loss program, o *Perceived Competence Scale (PCS)*, *Maintaining a Healthy Diet Scale*, a versão reduzida de 5 itens do *Mental Health Inventory (MHI-5)*, e a *Escala de Adesão Geral (EAG)* do *Medical Outcome Study*.

Resultados: Constatou-se uma correlação positiva, estatisticamente significativa, entre a saúde mental e a motivação, tanto no início do tratamento como passado 3 meses, ainda que mais notória na 2ª fase do estudo. No início do tratamento a percepção de competência estava associada positivamente com o desejo de evitar ganhar peso, enquanto que ao fim de 3 meses os sujeitos manifestavam uma orientação mais positiva e direccionada para a concretização do objectivo do tratamento. Em relação à adesão ao tratamento médico, verificou-se que esta se encontrava relacionada com um aumento de percepção de competência e de motivação.

Conclusões: Os nossos resultados suportam os princípios da Teoria de Auto-Determinação e da Teoria do Foco Regulador, salientando que a motivação exerce um papel importante em contexto de saúde e está relacionada com a saúde mental e com a adesão ao tratamento médico.

Palavras-Chave: motivação saúde mental adesão tratamento