

COPING E BEM-ESTAR EM MULHERES COM DIAGNÓSTICO DE OBESIDADE

Costa, N.¹, Abreu, M.¹, Silva, I.², Cardoso, H.³, & Pais-Ribeiro, J.¹

¹Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto, Portugal; ²Universidade Fernando Pessoa, Porto, Portugal; ³Hospital Geral de Santo António, Porto, Portugal

Introdução: Este estudo tem como objectivos: (1) descrever as estratégias de *coping* utilizadas por mulheres com diagnóstico de obesidade em tratamento para perda de peso após terem tido conhecimento do diagnóstico desta doença e suas implicações; (2) verificar se existe uma relação entre as estratégias de *coping* adoptadas e o Bem-estar Pessoal destas.

Método: Foi estudado um grupo de 77 mulheres com diagnóstico de obesidade, com idades compreendidas entre os 21 e os 68 anos ($M=42,13$; $DP=10,35$). O tempo de diagnóstico varia entre 1 e 45 anos ($M=12,42$; $DP=10,9$). As participantes responderam a um Questionário Sócio-Demográfico, ao Cope-R e ao Índice de Bem-estar Pessoal no contexto de uma entrevista clínica.

Resultados: Os resultados demonstram que as estratégias de *coping* utilizadas com maior frequência são *Coping Activo*, *Planear*, *Reinterpretação Positiva* e *Utilizar Suporte Social Emocional*. O Índice de Bem-estar Pessoal encontra-se significativa e positivamente correlacionado com as estratégias de *coping* *Utilizar Suporte Instrumental* ($r=0,31$; $p<0,01$) e *Reinterpretação Positiva* ($r=0,39$; $p<0,01$), encontrando-se significativa e negativamente correlacionado com a *Auto-Culpabilização* ($r=-0,37$; $p<0,001$).

Conclusão: Estes resultados salientam a relação entre *coping* e bem-estar, enfatizando a necessidade de contemplar o *coping* nas intervenções psicológicas que visem promover o bem-estar em pessoas com diagnóstico de obesidade.

EXCESSO DE PESO EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

Brás, R.^{1,2}, Esteves, D.¹, Pinto, P.¹, Martins, C.¹, O'Hara, K.¹

¹ Universidade da Beira Interior, Departamento de Ciências do Desporto; ² Centro Investigação Desporto e Desenvolvimento Humano (CIDESD)

Introdução: Cerca de 30% da população europeia apresenta excesso de peso. Em 2001, 16,8% dos rapazes e 7,2% das raparigas com 15 anos tinham excesso de peso em Portugal. Contudo, não existem muitos estudos sobre esta problemática na população universitária já que está incluída nos adultos.

Método: A amostra foi constituída por 36 alunos do 2º/3º ano do curso Ciências do Desporto da Universidade da Beira Interior, a maioria homens (24), com idade média de 21,9 ($\pm 1,7$) anos. Mediu-se o índice de massa corporal (IMC), a massa gorda (%MG) e o índice cintura-anca (ICA) tendo-se utilizado uma balança de bioimpedância e uma fita métrica.

Resultados: 16,7% dos alunos e 8,7% das alunas apresentaram excesso de peso (IMC entre 25,0-29,9kg/m²). Observou-se em 16,7% das alunas valores %MG abaixo do normal, enquanto que 8,3% das alunas apresentavam valores %MG indicativos de *overfat*.

Conclusão: A prevalência de excesso de peso nos jovens universitários é semelhante à obtida para os adolescentes mas inferior à verificada em geral para os adultos. No entanto, vários comportamentos de um adulto são assumidos nesta etapa da vida, pelo que é importante a adopção de medidas que promovam a prática de actividade física e correctos hábitos alimentares na população universitária.