

P29 RELAÇÃO ENTRE A PRÁTICA DE ACTIVIDADE/EXERCÍCIO FÍSICO E O OPTIMISMO DISPOSICIONAL EM ESTUDANTES DO ENSINO SUPERIOR

R. Botelho e J. Pais Ribeiro
FPCE – Universidade do Porto

O objectivo do estudo é verificar se existe alguma relação entre a prática de actividade/exercício físico e o optimismo disposicional. A amostra é constituída por 300 estudantes da Universidade do Porto, que constituem uma amostra de conveniência. A avaliação é feita através de dois questionários, anónimos, confidenciais, e de auto-resposta: uma adaptação portuguesa do Life Orientation Test, de Sheier e Carver, e um questionário sobre a actividade/exercício físico, elaborado especificamente para este estudo. Também é recolhida informação demográfica. Os resultados do estudo sugerem que os indivíduos mais activos fisicamente são mais optimistas do que os indivíduos menos activos, da mesma faixa etária.

P30 ACTIVIDADES SOCIAIS, CULTURAIS E DE AR LIVRE: IMPACTO NA SAÚDE DE JOVENS ADULTOS DO SEXO FEMININO E MASCULINO

L.R. Santos (luisasantos@esenfvc.pt)^{1,2} e J. Pais Ribeiro¹

¹ FPCE – Universidade do Porto; ² Escola Superior de Enfermagem do Instituto Politécnico de Viana do Castelo
O presente estudo pretende caracterizar as actividades sociais, de ar livre e culturais como lazer de jovens estudantes do ensino superior, analisar as diferenças entre os dois sexos quanto à participação nessas actividades e a relação entre essa participação e o seu estado de saúde. Participantes: Uma amostra de 426 estudantes do ensino superior é objecto de estudo, 63,6% do sexo feminino; com idades entre os 17 e os 23 anos (M=19,2; DP=1,4); 99,6% solteiros. Utilizou-se o Inventário de Comportamentos de Lazer e o SF-36. Os resultados sugerem que a média de participação dos jovens em actividades sociais (M=53,3; DP=16,6) é superior à de actividades de ar livre (M=38,1; DP=17,7) e à das actividades culturais (M=9,1; DP=8,3); Por outro lado, há diferenças estatisticamente significativas entre sexos, sendo superior a participação em actividades sociais ($t(421)=2,27$; $p<0,05$) e culturais ($t(275)=2,46$; $p<0,05$) no sexo masculino. Sugerem, ainda, que a participação em actividades sociais e em actividades de ar livre se correlaciona positivamente com a vitalidade e com a saúde mental e a participação em actividades culturais se correlaciona positivamente com a saúde mental. O estudo mostra que as actividades sociais, as de ar livre e as culturais diferem entre os sexos e que têm relações positivas com o estado de saúde de jovens estudantes do ensino superior.

P31 A ADAPTAÇÃO AO ENSINO SUPERIOR

S. Paulos (sandra_paulos@hotmail.com) e I. Leal
Instituto Superior de Psicologia Aplicada

Os objectivos do presente estudo são: avaliar se a entrada no ensino superior altera os níveis de ansiedade, depressão e stress em grupos semelhantes de jovens; verificar se existe relação entre o suporte social e os níveis de ansiedade, stress e depressão nos jovens de dois grupos (ensino secundário e ensino superior).

Tomámos como amostra alunos do 12º ano de escolaridade e do 1º ano Universitário do Distrito de Lisboa, ambos provenientes de diferentes cursos. Para avaliar o suporte social aplicou-se a Escala de Satisfação com o Suporte Social (ESSS) (Ribeiro, 1999). Para a avaliação de um conjunto de sintomas emocionais negativos relacionados com a depressão, ansiedade e stress, Aplicou-se a Escala de Depressão, Ansiedade e Stress, aferida para a população portuguesa (Honrado, Ribeiro, 2000) da Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS) (Lovibond & Lovibond, 1983). Além destas duas escalas, foi criado um questionário sócio-demográfico no sentido de obter mais informações, que considerámos importantes sobre a população estudantil em estudo.

P32 O CENTRO DE PROMOÇÃO E EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE DA UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR

H. Pereira (hpereira@deimos.ubi.pt)
Departamento de Psicologia e Educação da Universidade da Beira Interior

Esta comunicação tem como objectivo apresentar o Centro de Promoção e Educação para a Saúde (CPES) do Departamento de Psicologia e Educação da Universidade da Beira Interior e as actividades que desenvolve. Trata-se de um programa de trabalho de promoção e educação para a saúde que se assume como pioneiro no panorama universitário português, demonstrando como a Universidade se pode ser uma entidade promotora da saúde, junto da comunidade universitária e não só. O CPES actua ao nível da promoção da saúde física e da saúde mental e está organizado em quatro gabinetes temáticos específicos: o Gabinete de Intervenção e Prevenção do VIH/SIDA (responsável pelo desenvolvimento e aplicação de sessões de prevenção do VIH na Universidade e junto das escolas básicas e secundárias da região); o Gabinete de Prevenção das Toxicodependências (responsável pelo desenvolvimento e aplicação de sessões de prevenção do álcool, do tabaco e de outras drogas, na Universidade e junto das escolas básicas e secundárias da região); o Gabinete de Intervenção Comunitária (responsável pela criação de panfletos, pela manutenção de expositores com material de divulgação sobre várias temáticas da saúde e pela gestão de grupos de auto-ajuda dirigidos à população universitária); e, finalmente, o Gabinete de Educação para a Sexualidade (responsável pelo desenvolvimento de sessões de formação sobre a área da sexualidade humana junto de professores do ensino básico e secundário). Trata-se de um trabalho de promoção e educação para a saúde que beneficia da colaboração de voluntários do curso de licenciatura em psicologia da UBI e que recorre também à articulação e ao estabelecimento de parcerias com instituições da região, contribuindo, deste modo, para a sedimentação de uma política de criação de condições de vida saudáveis no espaço universitário e não só.

SESSÃO DE PÓSTERES 4 – SAÚDE NO ENVELHECIMENTO

Sala 2, dia 28, 09:30-17:00 • Coordenadora: Catarina Ferreira Rodrigues

P33 ENVELHECIMENTO E PERCEÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DOS ESTRANGEIROS COMUNITÁRIOS RESIDENTES NO ALGARVE: DESAFIOS DO PLURALISMO E DA MULTICULTURALIDADE PARA A SATISFAÇÃO DAS NECESSIDADES DESTA POPULAÇÃO IDOSA

M. Covas (mcovas@ualg.pt)
Universidade do Algarve

Esta comunicação pretende divulgar os resultados de uma investigação empírica sobre estrangeiros comunitários residentes no Algarve. Pretende-se chamar a atenção para a necessidade de apetrechar melhor uma região que é bastante procurada como destino de residência por parte de cidadãos estrangeiros oriundos de países da Comunidade Europeia. Muitos vivem há mais de vinte anos no Algarve e não tencionam regressar ao país de origem. Este estudo utilizou metodologias quantitativas e qualitativas. Por dificuldades de aplicação dos questionários a amostra passou a ser de conveniência sendo constituída por 616 indivíduos.