

Jovens na Escola” no Externato Cooperativo da Benedita. No ano lectivo de 2008-2009 foi prestado apoio, informação e aconselhamento a 351 alunos. Neste Gabinete desenvolveram-se projectos na área da saúde sexual e reprodutiva e dos estilos de vida saudáveis com alunos, promoveu-se formação contínua para professores em educação sexual e implementou-se formação parental com grupos de pais. Através da divulgação das intervenções educativas e dos projectos de promoção e educação para a saúde do Gabinete, com destaque para o contributo dos pedagogos no aumento da eficácia das intervenções em contexto escolar, apresentam-se boas práticas.

Palavras-chave: Adolescentes, Escola, Gabinetes de Apoio ao Aluno, Promoção da Saúde.

MAIS VALE CONHECER DO QUE IGNORAR: A AVALIAÇÃO DO PROGRAMA “SEXUALIDADE SAUDÁVEL. TU ALINHAS?”

Cristiana Carvalho, Externato Cooperativo da Benedita

A implementação e avaliação do programa “Sexualidade Saudável. Tu alinhavas?” consistiu num trabalho de intervenção em educação sexual e de investigação no que respeita à sua eficácia. Este programa é constituído por 11 sessões e tem por objectivo promover uma sexualidade segura e saudável e prevenir comportamentos de risco. Destina-se a jovens do 9º ano de escolaridade, tendo sido implementado e avaliado junto de uma turma do Externato Cooperativo da Benedita. A sua avaliação consistiu na análise de conhecimentos, atitudes e comportamentos dos alunos face a questões relacionadas com a sexualidade, que decorreu em três fases distintas: avaliação inicial, processual e final. Este trabalho de investigação implicou a adaptação de dois instrumentos: “Escala Multidimensional de Atitudes em relação à Utilização do Preservativo” (EMARUP – adaptada e validada por Félix Neto em 2004) e “Questionário de Comportamentos e Atitudes de Prevenção face à SIDA” (adaptado para a população portuguesa por Cruz e colaboradores) com o objectivo de avaliar as atitudes e comportamentos dos alunos face ao preservativo e à prevenção do VIH/SIDA. Foi também construída uma escala de opinião para avaliar conhecimentos sobre a sexualidade. A avaliação processual teve por base o modelo de Donald Kirkpatrick. Através da abordagem metodológica mista foi possível proceder à análise comparativa entre o Tempo 1 (antes da intervenção) e o Tempo 2 (depois da intervenção) e, assim, apresentar a avaliação da intervenção deste programa de Educação Sexual.

Palavras-chave: Adolescentes, Avaliação da eficácia da intervenção/pós-intervenção, Escola, Programa de educação sexual.

BURNOUT, COPING E RESILIÊNCIA EM AUXILIARES DE ACÇÃO EDUCATIVA

Cristina Queirós & Raquel Silva, FPCE, Universidade do Porto

Os auxiliares de acção educativa, no desempenho das suas funções deparam-se frequentemente com situações problemáticas, com as quais nem sempre são capazes de lidar de forma adaptativa. Este *coping* não adaptativo pode ter consequências negativas para o serviço prestado e para o profissional, podendo levar ao *burnout*. Contudo, a capacidade de resiliência pode minimizar o impacto do *burnout*. De facto, indivíduos com maiores índices de resiliência revelam menor *burnout* e menores níveis de *burnout* são encontrados em profissionais que utilizam estratégias de *coping* directo e activo, como por exemplo tentar resolver o problema ou encontrar aspectos positivos na situação. O uso de um *coping* inactivo, como ignorar e evitar o *stressor*, está associado a maior *burnout*.

Os dados foram recolhidos através de questionários de auto-preenchimento aplicados a 36 auxiliares de acção educativa do distrito de Vila Real. Pretendeu-se verificar a existência de correlações entre *burnout*, *coping* e resiliência, tentando também ver se variam em função de variáveis sociodemográficas.

Os resultados demonstraram uma correlação negativa entre *burnout* e resiliência, e uma correlação positiva entre *burnout* e *coping* desajustado. Não foram encontradas correlações entre resiliência e *coping*. No que se refere às variáveis sociodemográficas, foram encontradas correlações positivas da idade com a resiliência e o *coping*. Encontraram-se diferenças em função da instituição onde os

profissionais desempenhavam as suas funções e da existência de filhos, apresentando-se os profissionais com filhos e os profissionais a trabalhar em escolas de ensino regular, com menos *burnout*, mais resiliência e melhores estratégia de *coping*.

Palavras-chave: Escola, Protecção da saúde, Trabalhadores.

SOBRECARGA PSICOLÓGICA E PERCEPÇÃO DE STRESS EM CUIDADORES INFORMAIS

Cristina Queirós & Vanessa Silva, FPCE, Universidade do Porto

A prestação informal de cuidados é considerada uma actividade desgastante, com repercussões a nível físico, psicológico e social para o cuidador, resultado da pluralidade de tarefas que este tem que desempenhar, e às mudanças que a adopção deste papel representa na sua vida. Ser cuidador informal implica um elevado gasto de tempo e energia, um conflito com o desempenho de outros papéis familiares e sociais, uma sobrecarga psicológica grande. Muitas vezes, conduz à exaustão, depressão e *stress* crónico. Contudo, cada cuidador perspectiva de modo diferente o *stress* e avalia os acontecimentos através de uma grelha de leitura própria, podendo as situações não se revelarem igualmente ameaçadoras e *stressantes* para todos os cuidadores.

Foram aplicados questionários para avaliação da percepção do *stress* e de sobrecarga psicológica a 76 cuidadores informais de doentes internados e em ambulatório em hospitais do Porto (doentes com acidente vascular cerebral, traumatismo cranio-encefálico ou lesões vértebro-medulares).

Os resultados demonstraram que apesar de não se registarem valores elevados de sobrecarga psicológica e de percepção de *stress*, existem dimensões da prestação de cuidados mais susceptíveis de potenciar a sobrecarga e o *stress* nestes cuidadores. Constatou-se que são as mulheres, os cuidadores divorciados, separados ou viúvos, e filhos dos doentes que apresentam maior sobrecarga psicológica, enquanto a percepção de *stress* é mais elevada nos cuidadores do sexo feminino, casados ou em união de facto, e cônjuges do alvo de cuidados. Constatou-se ainda que, quanto maior a sobrecarga psicológica, maior a percepção de *stress*.

Palavras-chave: Cuidados continuados, Familiares/cuidadores de doentes, Hospital.

IMPACTO DA EXPOSIÇÃO A INCIDENTES CRÍTICOS NA SAÚDE E BEM-ESTAR PSICOLÓGICO DAS MULHERES E HOMENS TRIPULANTES DE AMBULÂNCIA

Dália Marcelino¹, Maria João Figueiras², & Adelaide Claudino¹

¹Universidade de Évora; ²Instituto Piaget de Almada

Objectivo: Este estudo pretende caracterizar e investigar a influência da perturbação pós-*stress* traumático, dissociação peritraumática, *distress* psicológico e queixas de saúde, no bem-estar psicológico das Mulheres e Homens tripulantes de ambulância.

Método: Trata-se de um desenho transversal, que incluiu uma amostra de 250 bombeiros, de ambos os sexos. Os participantes preencheram um questionário anónimo que incluiu medidas sobre a perturbação pós-*stress* traumático (PPST), dissociação peritraumática, *distress* psicológico, queixas subjectivas de saúde, bem-estar psicológico e variáveis sócio-demográficas.

Resultados: Os tripulantes de ambulância apresentam em média alguns sintomas de PPST, sendo que 10% tem diagnóstico clínico de PPST; apresentam ainda sintomas peritraumáticos significativos, *distress* psicológico e algumas queixas de saúde. São as mulheres que apresentam mais queixas subjectivas de saúde, nomeadamente relacionadas com problemas gastrointestinais, dores músculo-esqueléticas, alergia e psiconeurologia; e mais *distress* psicológico, sobretudo sintomas ansiosos, depressivos e perda de controlo emocional e comportamental. Em ambos os géneros, verifica-se que quanto mais sintomatologia associada a incidentes críticos os tripulantes de ambulância apresentam, menor é o seu bem-estar psicológico.

Conclusão: Este estudo apresenta uma contribuição relevante sobre a compreensão das consequências psicológicas da exposição diária a incidentes de carácter traumático e o seu impacto na saúde e bem-estar nas Mulheres e Homens tripulantes de ambulância.

Palavras-chave: Avaliação das necessidades, Local de trabalho, Profissionais de saúde.