

**Jornadas de Enfermagem
da Escola Superior de Saúde do IPB**
Bragança, 7-8 de junho 2013



**Primeiras Jornadas de Enfermagem da Escola Superior de Saúde do
IPB**

LIVRO DE ATAS (EBOOK)

COORDENADORA: Maria Helena Pimentel

Colaboradores:

André Novo

Angela Prior

Carlos Magalhães

Celeste Antão

Eugénia Anes

Leonel Preto

Lúcia Pinto

Manuel Brás

Maria Augusta Mata

Maria Gorete Baptista

Maria José Gomes

Norberto Silva

FICHA TÉCNICA

Título

Primeiras Jornadas de Enfermagem da Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Bragança

Data

junho de 2013

ISBN: 978-972-745-159-3

Editora: Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Bragança

Avenida D. Afonso V - 5300-121,

Bragança, Portugal

Tel: (+351) 273 303 200 / (+351) 273 330 950

Fax: (+351) 273 327 915

Este livro contém informações obtidas de fontes autênticas. A responsabilidade pelo conteúdo dos artigos é única e exclusivamente dos autores.

Os artigos publicados neste livro são propriedade da ESSa-IPB. Este livro ou qualquer parte do mesmo, não poderá ser reproduzido ou transmitido em qualquer formato ou por qualquer meio, eletrónico ou físico ou por qualquer sistema de armazenamento de informação ou de recuperação, sem autorização prévia por escrito da ESSa-IPB.

Todos os direitos reservados.

Nota Introdutória

As primeiras jornadas de Enfermagem da Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Bragança pretendem constituir-se num momento de encontro de todos os que se interessam pela prestação de cuidados em Saúde: professores, investigadores, profissionais da saúde e estudantes. Pretendem, ainda, aprofundar o conhecimento nas diversas áreas de intervenção e formação de Enfermagem em particular e de Saúde em geral. A parceria da ULS do Nordeste na organização do evento permitirá alargar e fomentar a interação entre o contexto de trabalho, a investigação e os contextos educativos, numa abordagem multidisciplinar e de compromisso.

As temáticas abordadas nestes dois dias de trabalhos acompanham o ciclo vital desde a saúde materno infantil, passando pelos cuidados à família e comunidade, a assistência da pessoa em situação crítica, a assistência na doença terminal e morte digna. Os cursos temáticos aprofundam o conhecimento em áreas específicas. Em suma serão abordados os diferentes modos de melhorar a qualidade dos cuidados prestados aos utentes tendo em conta o papel privilegiado que os enfermeiros desempenham junto de quem recorre aos serviços de saúde. Ou, dito de outra forma, reforçar o compromisso que assumimos todos os dias com o cidadão.

Para assinalar a realização deste evento e congregar sinergias, elaborou-se o presente livro de atas. Este documento pretende assumir o compromisso da partilha e da divulgação do conhecimento. Para além da atualidade e relevância científica, constituem pontos de contato de estudiosos destas matérias, que respondendo ao nosso apelo submeteram comunicações sob a forma de comunicações orais e *posters*, que teremos oportunidade de acompanhar ao longo destes dois dias.

Se a produção de qualquer evento, direta ou indirectamente, nunca é um ato isolado o que aqui apresentamos contou com a colaboração e a conjugação de esforços de muitas pessoas. É de justiça, por isso, que se felicitem as comissões científica e organizadora que, por sua vez, contaram com o envolvimento ativo dos Dirigentes da Escola Superior de Saúde do IPB e da Unidade de local de Saúde do Nordeste Transmonstano.

Saudamos e agradecemos a presença de todos(as) os que quiseram juntar-se a nós, pela participação viva e empenhada.

Helena Pimentel

ÍNDICE

A DEPRESSÃO EM DOENTES CRÓNICOS.....	9
Maria Gorete Baptista, André Pinto Novo, Maria Helena Pimentel	
ADESÃO À TERAPÊUTICA EM DIABÉTICOS DO TIPO II.....	25
Carina Neto de Carvalho, Catarina Andreia Oliveira Martins, Nelson Fernando Moreira Soares, Ricardo Jorge Miranda Rafael, Maria Isabel Barreiro Ribeiro, Isabel Cristina Jornal Freire Pinto	
ACIDENTES COM CRIANÇAS: PERCEÇÃO DE PAIS.....	39
Celeste da Cruz Meirinho Antão, Maria Augusta Pereira da Mata, Maria Filomena G. Sousa	
ADOLESCENTES: PERCEÇÃO DA AUTOIMAGEM.....	49
Maria Filomena G. Sousa, Maria Augusta Pereira da Mata, Celeste da Cruz Meirinho Antão	
ALEITAMENTO MATERNO: ARTIGO DE REVISÃO.....	59
Ana Maria Martins Morais, Sandra Cristina Mendo Moura	
ANÁLISE DAS ATITUDES DOS ENFERMEIROS FACE AO IDOSO, COM VISTA À TOMADA DE DECISÃO: O CASO DO DISTRITO DE BRAGANÇA..	71
Sandra de Fátima Gomes Barreira Rodrigues, Sandra Maria Fernandes Novo	
ANÁLISE SWOT DO CURSO DE ENFERMAGEM.....	85
Andreia Afonso, Cátia Pires, Telma Vaz, Eugénia Maria Garcia Anes	
ANÁLISIS DEL ÍNDICE DE SUICIDIOS EN LA PROVINCIA DE LEÓN (ESPAÑA) ENTRE LOS AÑOS 2000 Y 2010.....	94
Fernández, M.N., García, J.J., Díez, M.J., Sahagún, A.M., Díez, R., López, C., Sierra, M.	
AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DO DOENTE MENTAL INSTITUCIONALIZADO.....	98
Maria de Fátima Pereira Geraldês, Eugénia Maria Garcia Jorge Anes, Sérgio Barrios	
AVALIAÇÃO DA SAÚDE MENTAL: RISCO DE SUICÍDIO NO IRC EM DIÁLISE.....	102
Eugénia Maria Garcia Jorge Anes, Maria Helena Pimentel, André Filipe Morais Pinto Novo	
AVALIAÇÃO DO ESTADO COGNITIVO DE UMA POPULAÇÃO INTERNADA NUMA UNIDADE DE CONVALESCENÇA DO DISTRITO DE BRAGANÇA.	117
Maria Isabel Barreiro Ribeiro, Ana Cristina Neves Duarte Nunes Barata, Luísa Elsa Magalhães Morais, Marco Paulo Correia Barata, Rui Miguel Soares Liberal	
AVALIAÇÃO DO RISCO DE DIABETES <i>MELLITUS</i> DO TIPO II EM COLABORADORES DE UMA SUPERFÍCIE COMERCIAL DO CONCELHO DE BRAGANÇA.....	125
Andreia do Rosário Esperança Monteiro, Cristiana Marlene Aragão Peredo, Sílvia Andreia da Silva Lopes, Maria Isabel Barreiro Ribeiro	
AVALIAÇÃO FUNCIONAL DE IDOSOS E SEUS CONTEXTOS DE ENVELHECIMENTO: ESTUDO DAS NECESSIDADES SENTIDAS NO CONCELHO DE BRAGANÇA.....	134
Maria Patrocínia Ferreira Sobrinho Correia	
BURNOUT EM ENFERMEIROS DOS CUIDADOS CONTINUADOS.....	147
Laura Alves, Maria Gorete Baptista, Maria Helena Pimentel	
CAPACIDADE LABORAL E TRABALHO POR TURNOS: UM ESTUDO REALIZADO EM ENFERMEIROS.....	157
Adília Maria Pires da Silva Fernandes, Carlos Pires Magalhães, Celeste da Cruz Meirinho Antão, Eugénia Maria Garcia Jorge Anes, Maria Augusta Pereira da Mata, Maria Helena Pimentel, Maria Filomena Greló Sousa	

ADOLESCENTES: PERCEÇÃO DA AUTOIMAGEM

Maria Filomena G. Sousa¹, Maria Augusta Pereira da Mata¹, Celeste da Cruz Meirinho Antão¹

¹Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Bragança

RESUMO

Introdução: A adolescência é uma etapa evolutiva peculiar do ser humano. Nela culmina o processo maturativo biopsicossocial do indivíduo, podendo ser considerada como o período que marca, não só a aquisição da imagem corporal do homem adulto, mas sobretudo aquela que determina a estruturação final da personalidade.

Objetivos: avaliar o seu Índice de Massa Corporal e conhecer a percepção e o grau de satisfação face à imagem corporal dos adolescentes com idades compreendidas entre os 12 e 15 anos de idade.

Método e técnicas: estudo de abordagem quantitativa de plano não-experimental descritivo, foi aplicado um questionário a uma amostra de 281 adolescentes.

Resultados: Dos adolescentes que participaram no estudo, 16,85% apresentavam excesso de peso e 7,43% obesidade. Em relação à auto-imagem 70,45% de adolescentes considera-se normal, não se tendo verificado diferenças significativas entre os géneros, a percentagem de raparigas que se sentiam gordas (20,47) foi superior à dos rapazes (18,96%), enquanto para a percepção de ser magro a percentagem de rapazes (10,68%) foi superior à das raparigas (9,7%). As raparigas são as que manifestam maior (20,1%) insatisfação em relação ao seu corpo, versus 11,4% de rapazes.

Conclusão: No decorrer da adolescência são adquiridos os equilíbrios maturacionais (biológicos, cognitivos e emocionais), devendo ser atingida também uma imagem corporal e uma auto-estima positiva. Deste modo, os pais e as restantes pessoas que lidam com os adolescentes devem, no decorrer desta fase, estar preparados para ajudar os jovens a ultrapassar os sentimentos negativos acerca de si próprios.

Palavras-chave: adolescência, percepção, auto-imagem.

INTRODUÇÃO

A adolescência é um período do ciclo vital, que medeia os 10 e os 19 anos, no qual se produzem uma série de transformações biopsicossociais e intelectuais que situam o indivíduo numa nova forma de vivenciar-se a si mesmo e a tudo o que o rodeia (López e Fuertes, 1999).

O adolescente tem uma grande dificuldade em integrar todas as alterações que ocorrem neste período no seu corpo, sentindo que este não lhe pertence, sendo frequentes os sentimentos de estranheza do próprio "self". Porém, não é somente a imagem do físico, mas toda a representação de si mesmo, que se passa a constituir na adolescência. O corpo físico assume uma dimensão significativa na vida do adolescente; uma vez iniciadas as transformações corporais, o jovem

passa a viver todo esse processo passivamente, sem poder interferir, o que determina intensa ansiedade e cria inúmeras fantasias, ocasionando situações ou momentos de afastamento ou isolamento social (Outeiral, 1994).

Para Ajuriaguerra (1970) a evolução da criança é sinónimo da consciencialização e do conhecimento cada vez mais profundo do seu corpo e é com o corpo que organiza todas as experiências vitais e organiza a sua personalidade. A inclusão das experiências vivenciadas com o corpo desde o início da vida são importantíssimas, pois vão determinar a imagem corporal que o indivíduo irá ter a partir da adolescência, assim como ajudar a ser construído o esquema corporal do indivíduo, ou seja, quanto mais intensas e contínuas forem essas experiências, maior será a solidez dos alicerces dessa imagem corporal.

A imagem corporal é definida por Osório (1992) como uma representação condensada das experiências passadas e presentes, reais ou fantasiadas, conscientes ou inconscientes; ela é a ideia que o indivíduo tem do seu próprio corpo. Para Almeida, Loureiro e Santos (2005) a imagem corporal é a ilustração que se tem acerca do tamanho, imagem ou forma do corpo e dos sentimentos relacionados com essas características, ou seja, é o “retrato mental” da própria aparência física. Segundo Colli, Palácios e Marchel (1995.) esta já está estabelecida muito antes da adolescência. No entanto, o período da adolescência exige sucessivas reconstruções e reformulações da imagem do próprio corpo.

A autoimagem surge na interação da pessoa com seu contexto social, consequência de relações estabelecidas com os outros e para consigo mesmo. Deste modo, o ser humano pode entender e antecipar seus comportamentos, cuidar-se nas relações com outras pessoas, aprender a interpretar o meio ambiente em que vive e tentar ser o mais adequado às exigências que lhe são feitas e que ele propõe para si mesmo.

Em relação ao desenvolvimento humano, a noção de corpo é essencial para a consolidação da identidade do indivíduo, pois qualquer pessoa está ligada ao seu corpo. Assim esta noção vai sofrendo alterações ao longo da vida, esta tem necessidade de ter uma visão mais holística considerando todas as percepções e vivências do indivíduo, para que assim este consiga reorganizar a noção da sua imagem corporal e como ela é observada pelos outros.

A transformação duma criança em adulto é um processo excitante e ainda não completamente esclarecido. As transformações que se observam podem ter uma ordem de aparecimento diferente, a mesma variabilidade verificando-se também em relação à idade. Não são os limites

cronológicos, mas eminentemente os psicológicos, sociais e culturais traçados fundamentalmente pela capacidade ativa e interativa do indivíduo, que delimitam este período.

MÉTODO E TÉCNICAS DE INVESTIGAÇÃO

Em qualquer investigação, é necessário um método e este não é mais do que uma formalização do percurso intencionalmente ajustado ao fenómeno em estudo e é concebido como meio de direccionar a investigação para o seu objeto, possibilitando a progressão do conhecimento acerca desse mesmo (Pardal, & Correia, 1995).

Entendeu-se que este estudo de abordagem quantitativa adquirisse um plano de investigação observacional descritivo transversal, de forma a obter resposta aos objectivos propostos, tais como: conhecer a percepção da autoimagem e a satisfação com o próprio corpo dos adolescentes dos 12 aos 15 anos de idade e avaliar o índice de massa corporal. Os estudos desta natureza tratam de obter informação acerca do estado atual dos fenómenos, permitindo conhecer uma situação tal como ela existe no momento do estudo.

Trata-se de uma amostragem não probabilística intencional, constituída por 281 adolescentes dos 12 aos 15 de idade, escolarizados, que frequentavam o 7º, 8º e 9º anos de escolaridade em duas escolas secundárias situadas na cidade de Bragança.

O instrumento utilizado para efetuar a colheita de dados foi um questionário de auto preenchimento, voluntário e anónimo. Este foi constituído por duas partes distintas: a primeira parte destinava-se a obter dados pessoais, sociais sobre os adolescentes. Uma das questões permitiu, embora não fosse preenchida pelo entrevistado, mas por elementos previamente preparados para observar os parâmetros (peso e altura) necessários para avaliar o IMC (Índice Massa Corpora) que permitirá conhecer a prevalência de adolescentes em risco de obesidade e obesos.

Segundo a DGS (2006) as curvas do IMC permitem monitorizar o estado de nutrição, identificando não só as crianças e adolescentes obesos, mas também aqueles em risco de virem a sê-lo. O IMC foi calculado segundo a fórmula $\text{peso (kg) / altura (m)}^2$. Consoante o valor obtido, os adolescentes foram divididos em três grupos, com base nas tabelas de referência de IMC segundo o sexo e idade: peso normal (IMC < Percentil 85), excesso de peso (IMC entre Percentil 85 e 95) e obesidade (IMC > Percentil 95). A segunda parte do questionário é constituída por questões que permitiram conhecer a percepção que o adolescente tem do seu corpo e a sua satisfação com o mesmo.

Para aplicação do instrumento de recolha de dados foram contactados previamente os representantes dos conselhos executivos e comissões de pais das respetivas escolas, de modo a obter apoio e autorização necessários à realização do estudo.

Os adolescentes foram informados sobre o estudo, aqueles que concordaram em participar do estudo receberam um "termo de consentimento" para ser preenchido pelos pais ou respetivos encarregados de educação, no qual constava uma breve explicação dos objetivos da pesquisa, sobre os métodos que seriam empregados e a afirmação que não haveria identificação dos mesmos.

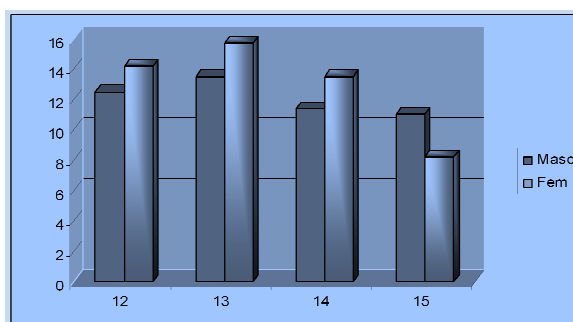
O tratamento estatístico dos dados foi efetuado por via informatizada, utilizando para o efeito o programa SPSS (Statistical Package for Social Sciences) na versão 18.0

APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS

A análise apresentada resulta da aplicação do instrumento de recolha de dados, a 281 adolescentes que fizeram parte da amostra em estudo. Através da mesma, verifica-se que a amostra em estudo apresenta uma média de idade de 13,3 anos

Através gráfico 1 constata-se que há uma pequena diferença percentual de raparigas em todos os grupos etários, excepto no grupo dos 15 anos em que há maior proporção de rapazes.

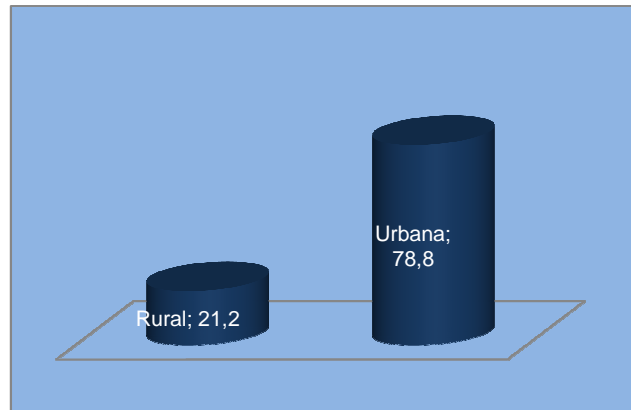
Gráfico1-Distribuição da amostra segundo a idade e género



Através do gráfico 2 observa-se que 78,8% da amostra em estudo reside no meio urbano.

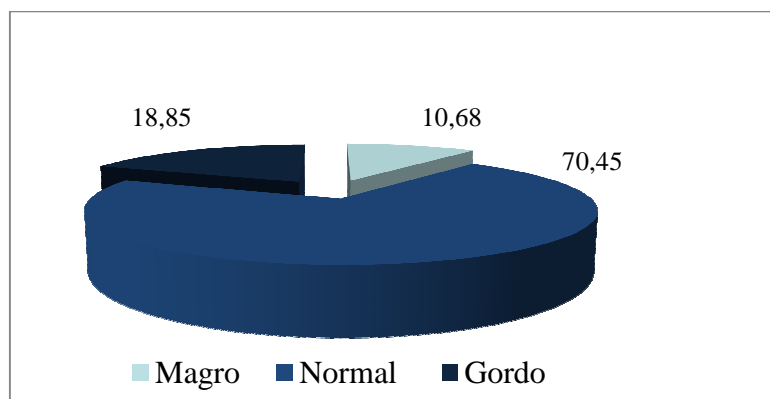
Em relação à perceção da autoimagem, 70,45% da amostra em estudo considera-se normal (gráfico3). Verificou-se também, que 53,9% dos adolescentes com sobrepeso e obesos se consideram normais.

Gráfico 2-Distribuição da amostra segundo a proveniência.



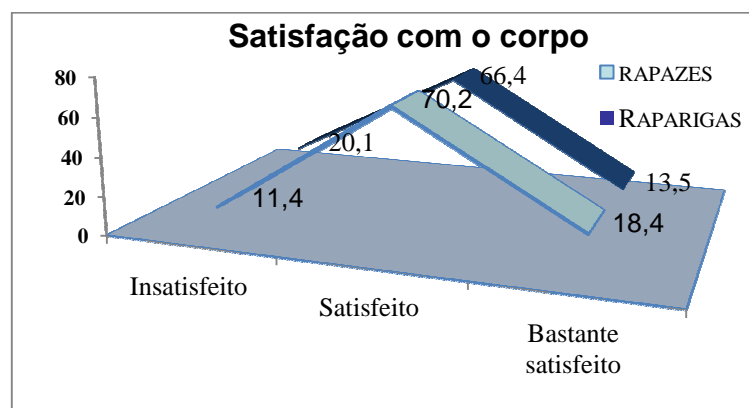
Através da análise estatística por género, não se verificaram diferenças significativas entre os grupos, a percentagem de raparigas que se sentiam gordas (20,47) foi superior à dos rapazes (18,96%), enquanto para a percepção de ser magro, a percentagem de rapazes (10,68%) foi superior à das raparigas (9,7%).

Gráfico3-Percepção da auto-imagem



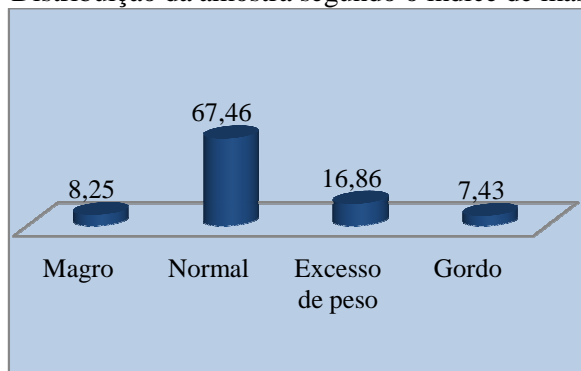
Quanto à satisfação com o corpo, a maioria dos adolescentes sente-se satisfeita com o próprio corpo (66,4% são raparigas e 70,2% são rapazes). As raparigas são as que manifestam maior (20,1%) insatisfação em relação ao seu corpo versus 11,4% de rapazes (Gráfico 4).

Gráfico 4 - Satisfação com o corpo.



Constata-se pelo gráfico 5, que 67,46% dos adolescentes apresentam peso normal (IMC <Percentil 85), 16,86% apresenta excesso de peso (IMC entre Percentil 85 e 95) e 7,43% são obesos (IMC > Percentil 95).

Gráfico 5-Distribuição da amostra segundo o índice de massa corporal



DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

A amostra do nosso estudo é constituída por adolescentes, com idades compreendidas entre os 12 e os 15 anos, o que se pode considerar que estes adolescentes estão a vivenciar entre outras, grandes transformações físicas que correspondem à - puberdade- próprias da adolescência inicial (início nas raparigas 11 -13 anos e nos rapazes, aproximadamente aos 13 - 15 anos). Esta é, a fase de arranque da maturação, o impulso inicial da crise evolutiva. Segundo Ceballos, (1999) este período do ciclo vital caracteriza-se por bruscas modificações físicas, por uma maturação cognitiva bem significativa e por uma extraordinária sensibilidade e recetividade para as relações de grupo ou de pares. Por outro lado, poderá na amostra em estudo, haver adolescentes que já

passaram por algumas destas mutações e que se encontram na transição para a adolescência média, cujo início nos rapazes é aproximadamente aos 15 - 18 anos e nas raparigas aos 13 -16 anos. Esta sub etapa não admite caracterização universal, já que as transformações psíquicas são menos repetíveis que as do tipo físico. A adolescência centra-se sobretudo no desenvolvimento mental afetivo e social. (Ceballos, 1999)

Os resultados deste estudo evidenciam uma boa aceitação da auto-imagem e satisfação com a imagem corporal pela maioria dos adolescentes. Em relação à satisfação com a aparência física verifica-se alguma diferença estatística entre os géneros. Os rapazes apresentam percentagens superiores em relação às raparigas face à satisfação com a sua aparência física. A percentagem de raparigas que expressa sentir-se gorda é superior à dos rapazes, são também as raparigas que manifestam maior insatisfação em relação ao seu próprio corpo. Resultados semelhantes foram encontrados em outros estudos realizados por Cash & Brown, 1989; Cash & Prusinsky, 1990; Richard e colaboradores, 1990 referenciados por Henriques (2009) com adolescentes, em que se verificou que as raparigas apresentavam uma imagem corporal mais distorcida e negativa que os rapazes. Por outro lado, os rapazes apresentaram maior satisfação em relação à sua imagem corporal (Henriques, 2009). De acordo com Caroba (2002), as meninas vivenciam mais conflitos relacionados com o peso e com as formas do corpo do que os meninos. Estas constatações podem dever-se ao facto de a sociedade atual, exercer uma grande pressão sobre o sexo feminino no que respeita aos padrões de beleza. As pressões sociais para a manutenção da magreza estão presentes desde na criança.

Quanto à proporção de indivíduos com sobrepeso (16,86%) e com obesidade (7,43%) encontrada no nosso estudo, embora esta seja inferior à da literatura, ela pode ser representativa tendo em conta as características populacionais da região. Neste sentido a prevalência observada nesta amostra em estudo pode ser considerada preocupante. Analisando a distribuição dos adolescentes segundo o IMC e o género, verificou-se uma percentagem muito próxima entre os grupos (51,1% rapazes versus 50,5% de raparigas). No grupo dos adolescentes obesos as raparigas expressam percentagens mais elevadas (11,3%) em relação aos rapazes. Nesta fase da adolescência há determinados fatores que intervêm nas escolhas alimentares; alguns são íntimos, como as reações perante as transformações do corpo, as relações psicológicas face à família ou aos amigos e outros dizem respeito ao ambiente que o rodeia. (caroba, 2002)

Dos adolescentes que participaram no estudo 78,8% reside no meio urbano. Tendo em conta, que nestes meios a oferta e o facilitismo de aquisição de bens de consumo está cada vez mais

facilitado, desde as pizarias às máquinas de venda de produtos alimentares sem controlo, inclusive disponíveis nos espaços escolares, onde os jovens podem adquirir, uma variedade de produtos atrativos mas muito desequilibrados em termos nutritivos, este poderá ser um fator mediador para o consumo excessivo de determinados produtos alimentares e poderá em parte, ser um determinante da percentagem de adolescentes com excesso de peso e obesidade encontrados neste estudo.

A prevalência de obesidade observada (7,43%) nos adolescentes em estudo apresenta valores inferiores comparativamente a outros estudos desenvolvidos em países europeus e nos Estados Unidos em que a prevalência varia de 10% a 25%, chegando a 40% entre as raparigas em alguns países mediterrâneos (Félix et al. citado por Fonseca, 2001). O mesmo autor refere que a prevalência da obesidade aumenta com o nível de desenvolvimento socioeconómico, e menciona como exemplo o Brasil, em que houve um aumento na prevalência de sobrepeso e de obesidade de 53%, quando se comparam os dados de 1974/75 com os 1989.

Vários factores podem estar associados a este problema, ainda que o elevado peso corporal seja resultado do desequilíbrio entre oferta e demanda energética, a sua determinação tem-se revelado complexa e variável em diversos aspetos, como fatores demográficos, socioeconómicos, genéticos, psicológicos, ambientais e individuais.

Embora a percentagem de obesos na amostra seja baixa (7,43%) não podemos esquecer aqueles que apresentam IMC de sobrepeso (16,86%). Relembramos o que menciona a DGS (Direção Geral da Saúde) e sustentado por Vitolo (2003) que muitas crianças e adolescentes obesos vão permanecer obesos, antecipando desde logo algumas das complicações outrora só observáveis na idade adulta. Deste modo há que desenvolver campanhas de saúde pública mais eficazes, direccionadas à orientação dos adolescentes, estas devem ser desenvolvidas para que as crianças e os adolescentes interiorizem desde muito cedo os benefícios de uma alimentação equilibrada. Os pais sendo as pessoas que partilham as refeições diariamente com os filhos são os agentes principais deste processo. Salientamos que a promoção da saúde é um processo participativo que permite aos indivíduos serem os principais agentes do seu crescimento para a autonomia e responsabilidade

Todas as oportunidades são boas para promover estilos de vida saudáveis, isto não é só responsabilidade dos governos, mas da sociedade, e principalmente da responsabilidade de cada um de nós.

CONCLUSÃO

Os adolescentes nesta idade tendem a viver o momento atual não dando importância às consequências de seus hábitos inadequados, mesmo sabendo que podem ser fatores desencadeantes de várias doenças crônicas, tal como a obesidade. Estas têm como consequência a possibilidade de sua manutenção na vida adulta, levando a uma situação de risco para a saúde e ao aumento da morbimortalidade. No decorrer da adolescência são adquiridos os equilíbrios maturacionais (biológicos, cognitivos e emocionais), devendo ser adquiridos estilos de vida saudáveis e ser atingida também uma imagem corporal e uma auto-estima positiva.

Deste modo, os pais devem estar preparados para ajudar os jovens na aquisição de estilos de vida saudáveis e a ultrapassar os sentimentos negativos acerca de si próprios.

Esta deve ser também uma tarefa assumida pelos enfermeiros, tendo em consideração que a adolescência é um período extremamente relevante dentro do processo de crescimento e desenvolvimento humano, período cujas transformações físicas da puberdade se associam às de âmbito psicossocial, delas resultando a realização do jovem e posteriormente do adulto.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICA

- Almeida, Gan.; Loureiro, S.R. e Santos, J.E l.,(2005). Percepção de tamanho e forma corporal de mulheres: estudo exploratório. *Psicologia em Estudo*. v.10, n.1, p.27-35S.
- Ajuriaguerra, J. (1970). *Manuel de psychiatrie de l'enfant*. Paris. Masson.
- Bastos, Ana Paula (2001). *Afectividade na Adolescência*, Lisboa: Ins. Miss. Filhos.
- Caroba, D.C. R. (2002). *A escola e o consumo alimentar de adolescentes matriculados na rede pública de ensino*. Dissertação de Mestrado em Ciências e Tecnologia de alimentos. Universidade de São Paulo.
- Ceballos, G. Castilho (1999). *El Adolescente y sus Retos: La Aventura de Hacerse Mayor*.Madrid: Ediciones Pirámide, SA.
- Colli, C.; Palácios J.E.; MarcheI, (1995.)A. *Desenvolvimento psicológico e educação: psicologia evolutiva*. Porto Alegre, Artes Médicas.
- Erikson, E. (1972). *Adolescence et crise*. Paris: Flammarion.
- Fonseca VM, Sichieri R, Veiga GV (1998). Fatores associados à obesidade em adolescentes. *Rev Saúde Pública*. 32:541-9.
- Fisberg M. (1993). Obesidade na infância e adolescência. *Pediatria Mod.*; 29:103-8.

- Fuertes, António; Lopéz, Félix (1989). *Para compreender la sexualidad*. 8ª edição, Madrid: Verbo Divino.
- Gauthier, Benôit (2003). *Investigação Social*. Loures: Lusociência-Edições Técnicas e Científicas,L.da.
- Henriques, Paula C: M. (2009). Imagem corporal, autoconceito e rendimento escolar nos adolescentes. Dissertação de Mestrado da universidade de Aveiro-Departamento das Ciências da Educação.
- Ministérios da Educação e Saúde (2000). O que é a saúde na escola. Lisboa: Editorial do Ministério da Educação.
- OMS Organização Mundial de Saúde (1985). *As metas de saúde para todos: metas da estratégia regional europeia da saúde para todos*. Lisboa: Departamento de Estudos e Planeamento do Ministério da Saúde.
- OMS Ottawa charter for health promotion (1986). An international conference on health promotion. The move towards a new public health. Otava: Canada.
- OMS (1986). Carta de Ottawa para a Promoção da Saúde. 1ª Conferência Internacional Sobre a Promoção da Saúde. Ottawa, Canadá, 17- 21 de novembro. http://www.dgsaude.pt/prom_saude/carta_ottawa.html (15-05-2001 16:13).
- Outeiral, J.O. (1994). *Adolescer: estudo sobre adolescência*. Porto Alegre: Artes médicas.
- Pardal, L.; Correia, E. (1995). *Métodos e técnicas de investigação social*. Porto: Areal Editores, Lda.
- DGS (2006). Consultas de vigilância de Saúde Infantil e Juvenil: Actualização das curvas de crescimento. Circular Normativa nº5/DSMIA.
- Poilt, Denise F; Beck, Chery Tatano (2011). *Fundamentos de pesquisa em Enfermagem: Avaliação de Evidências para a prática da enfermagem*.(7ed.),Porto Alegre: Artmed.
- Vitolo, Márcia Regina (2003). *Nutrição-Da Gestaçã o à Adolescência*. Rio de Janeiro: Reichman & Affonso Editores