



**CONGRESSO INTERNACIONAL  
LITERACIA EM SAÚDE E AUTOCUIDADOS  
EVIDÊNCIAS QUE PROJETAM A PRÁTICA CLÍNICA**

**CONGRESO INTERNACIONAL  
ALFABETIZACIÓN EN SALUD Y AUTOCUIDADO  
EVIDENCIAS QUE DISEÑAN LA PRÁCTICA CLÍNICA**

**28, 29 de abril 2021**

**Online**

**Organização:**

**INFAD, Instituto Politécnico de Bragança, Escola  
Superior de Saúde**

Libro de Resumes  
Livro de Resumos



**FICHA TÉCNICA:**

Título: Congresso Internacional Literacia em Saúde e Autocuidados:  
Evidências que Projetam a Prática Clínica: livro de resumos

Congreso Internacional Alfabetización Salud y Autocuidado: Evidencias  
que Diseñan la Práctica Clínica: libro de resúmenes

**Editores:**

Florêncio Vicente Castro, INFAD

Adília Fernandes, Instituto Politécnico de Bragança

Ana Maria Galvão, Instituto Politécnico de Bragança

**Revisora:**

Clarisse Pais, Instituto Politécnico de Bragança

**Editor:**

Instituto Politécnico de Bragança – 2021

Campus de Santa Apolónia

5300-253 Bragança

Portugal

**ISBN:** 978-972-745-292-7

---

## EDUCACION FISICA Y ALIMENTACION SALUDABLE

Rubén Trigueros Ramos; Ana Manzano León, José Miguel Rodríguez Ferrer, María Jesús García Hernández, Laura Molina Alonso y José Manuel Aguilar Parra.

Las clases de Educación Física constituyen un medio ideal con el fin de asentar hábitos relacionados con la alimentación saludable. Sin embargo, los índices de obesidad infantil aumentan año tras año, situado en la actualidad en un 21% de la población infantil en España. Por ello, el objetivo del presente estudio es analizar la influencia de las clases de Educación Física y su influencia en la adopción de hábitos saludables en población infantil. La muestra de participantes es 256 estudiantes con una edad media de 11'45 años. Los resultados han relevado que a pesar que las clases de educación influyen significativamente en la intención de llevar unos hábitos dietéticos saludables la tasa de explicación de la conducta alimenticia es muy baja. Ello puede ser debido a la existencia de otras variables con la de los progenitores que pueden ejercer una influencia significativa en la conducta de los más pequeños.

**Palabras clave:** Alimentación saludable, Educación Física

---

## COMPETÊNCIAS EMOCIONAIS: ESTRATÉGIAS FACILITADORAS NA PROMOÇÃO DA PRÁTICA DE ENFERMAGEM.

Cátia Sofia Afonso Costa; João Carlos Bastos Pina; Ana Maria Galvão; Susana Rodriguez Escanciano

Instituto Politécnico de Bragança

**Introdução:** Perante as exigências constantes e contínuas dos diferentes ambientes da prática de cuidados, bem como, a presença de clientes mais desinformados, levam a que os enfermeiros se encontrem munidos de um conjunto de competências emocionais que facilitem as suas intervenções, através de uma melhor e mais adequada compreensão das reais necessidades dos clientes. Estas competências emocionais, essencialmente divididas em dois grandes âmbitos - pessoais e sociais – permitirão ao enfermeiro o conhecimento mais objetivo da sua autoconsciência e processo de autogestão para facilitar a identificação de fatores que podem interferir no relacionamento com o cliente e/ou equipa multidisciplinar, assim como, compreender os comportamentos, motivações e estados de humor que, eventualmente, lhe poderão ser apresentados. O processo de relação de ajuda, aspeto primordial da prática de enfermagem é, assim, influenciado e construído pelo enfermeiro que consiga gerir as suas idiosincrasias, otimizando o reconhecimento intrapessoal acerca dos seus recursos e limites pessoais e profissionais na relação terapêutica consciencializando, concomitantemente, a sua influência pessoal, individual e personalizada, na mesma. **Objetivos:** Conhecer as competências emocionais dos enfermeiros subjacentes ao processo de prática de cuidados de enfermagem. **Metodologia:** Estudo descritivo, analítico-correlacional com corte transversal, método de amostragem não probabilística por conveniência. A recolha de dados foi realizada entre 21 de janeiro e 30 de junho de 2020, recorrendo ao Google Forms®. A escala utilizada foi a Trait Meta-Mood Scale – 24 de Queirós, Fernández-Berrocal, Extremera, Carral, & Queirós (2005). O tratamento estatístico foi realizado com recurso ao software SPSS®. **Resultados:** A amostra foi de 1292 enfermeiros, sendo a maioria do sexo feminino

(89,6%), casados ou em união de facto (84,8%), e com licenciatura ou bacharelato (68,7%). Em termos geográficos a maioria encontra-se a trabalhar no Norte (35,4%) e Lisboa e Vale do Tejo (34,1%). As pontuações médias nos 3 fatores das Competências Emocionais segundo: o sexo varia entre 28.56 e 31.23; a idade varia entre 28,50 e 30,63; a habilitações académicas varia entre 29,03 e 33,08 e segundo tempo de exercício profissional varia entre 28,55 e 30,07. Conclusões: No que diz respeito à variável sociodemográfica idade, constata-se diferenças estatisticamente significativas nas competências emocionais dos enfermeiros, havendo a tendência para os enfermeiros com 34-39 anos possuírem melhores resultados na atenção ( $p=0,000$ ) e os mais velhos ( $> 48$  anos) melhores resultados na reparação ( $p=0,004$ ). Nas variáveis académicas e profissionais, verificou-se a existência de inferências significativas, apresentando-se os enfermeiros portadores de maior grau académico melhores resultados em todas as dimensões das competências emocionais comparativamente com os restantes ( $p=0,000$ ). Também houve diferenças significativas em função do tempo de exercício, revelando que quem tem mais de 10 anos de experiência apresentava melhores resultados na clareza ( $p=0,003$ ) e reparação ( $p=0,001$ ). Nas dimensões atenção e clareza os enfermeiros especialistas revelaram melhores resultados do que os enfermeiros generalistas ( $p=0,001$ ). No que concerne à função que exerce, o grupo dos enfermeiros generalistas pontuaram significativamente mais baixo, ao nível das dimensões clareza e reparação, comparativamente ao grupo dos enfermeiros especialistas, e com maior distanciamento ainda, face ao grupo dominante dos enfermeiros diretores/supervisores ( $p=0,004$ ).

**Palavras chave:** Competências emocionais, prática de enfermagem

---

## ROMPIENDO ESTEROTIPOS SOBRE EL COLECTIVO LGBT+ EN EL AMBITO SOCIO SANITARIO

Remedios López Liria; M<sup>a</sup> Ángeles Valverde Martínez; Francisco A. Vega Ramírez; Patricia Rocamora Pérez; José Manuel Aguilar Parra; Ana Manzano León

Introducción. En la actualidad, un gran número de personas tienen que ocultar y/o reprimir su identidad, incluso dentro de sus propias familias, por discriminación y estigmatización o estereotipos existentes en nuestra sociedad sobre la orientación sexual o la identidad de género. La educación profesional sociosanitaria debería incluir la exploración de sus problemas y necesidades, comprender y proteger al colectivo LGBT y aprender habilidades con el fin de evitar cualquier situación de rechazo. Objetivos. Comprender y eliminar estereotipos para las personas LGBT+. Desarrollar herramientas de enseñanza y aprendizaje para favorecer la inclusión de este colectivo en toda Europa. Metodología. Se llevará a cabo dentro de un curso online (MOOC), un módulo que contiene actividades prácticas con videos e historias que introducirán al estudiante o profesional en la realidad del colectivo LGBT+, sus necesidades, abordando situaciones reales a través de los estereotipos presentes en el siglo XXI. Se fomentará el aprendizaje a través de la reflexión, la adquisición de conocimientos y la realización de actividades prácticas. Este módulo se encuentra dentro del proyecto IENE, un proyecto internacional llevado a cabo por 7 países europeos y cuyo objetivo es desarrollar recursos educativos y herramientas de enseñanza/aprendizaje para apoyar la inclusión de temas LGBT+ en los currículos sociosanitarios de toda Europa. Resultados. Una vez llevado a cabo el módulo, los profesionales deben ser capaces de definir los estereotipos existentes, identificar aquellos que sean negativos con respecto al colectivo LGBT+, reconocer y ser conscientes de nuestros propios estigmas y prejuicios y ser capaces de analizarlos y romper con ellos mediante estrategias. Conclusión. Los problemas a los que se enfrenta el colectivo LGBT+ tanto a nivel personal como profesional siguen vigentes. Es necesario aprender a gestionar las situaciones de discriminación para conseguir una sociedad libre de prejuicios que nos permita avanzar en conjunto hacia nuevos objetivos y proyectos.