



**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



AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA E DE SONO DOS TERMALISTAS DO BALNEÁRIO TERMAL DE CHAVES

Sandra Cristina Soares Pereira; Jani Silva; Catarina Gonçalves; Rafaela Guimarães; Catarina Milho; Ana Maria Galvão; Maria José Alves

Instituto Politécnico de Bragança

Introdução: Atualmente, cada vez mais as pessoas recorrem ao termalismo para melhorar a saúde na sua ampla dimensão, com destaque para o bem-estar, incluindo o relaxamento, alívio de stress, depressão, e mesmo recuperação e reservatório de energias. Os tratamentos termais proporcionam uma harmonia corporal integral e condições para prevenir possíveis patologias, inclusive de cariz mental e social, visando uma melhor qualidade de vida e do sono. **Objetivo:** Este estudo teve com objetivo aprofundar os conhecimentos sobre termalismo, avaliar a qualidade de vida e de sono em dois momentos distintos, antes e após os 14 dias de tratamentos termais. **Metodologia:** Para responder ao objetivo traçado, realizou-se um estudo exploratório, quantitativo, descritivo, inferencial e longitudinal. Aplicou-se um questionário presencial, aleatoriamente, a 90 termalistas que frequentaram o termalismo clássico nas termas de Chaves entre junho e outubro de 2020. O questionário incluiu variáveis socioprofissionais, um instrumento genérico de avaliação da qualidade de vida (SF-36v2) e o instrumento de avaliação da qualidade de sono, (Índice de Qualidade de Sono de Pittsburgh). **Resultados:** Os dados recolhidos foram submetidos a tratamentos de análise estatística, recorrendo a uma análise descritiva e inferencial. Os termalistas do balneário termal de Chaves a frequentar o termalismo clássico são maioritariamente do sexo feminino, com mais de 66 anos, casados, reformados, com baixo índice de escolaridade a viver em Portugal. Relativamente à avaliação da qualidade de vida antes dos tratamentos, os inquiridos revelaram boa qualidade de vida nas dimensões função social, desempenho emocional, saúde mental, vitalidade e função física. Na avaliação pós-tratamento, verificou-se um aumento na melhoria das dimensões de dor, função física e desempenho físico. Relativamente à avaliação da qualidade de sono foi observada uma

melhoria na qualidade de sono após o mesmo período de tratamentos. **Conclusão:** Espera-se, que estes resultados possam contribuir para um aumento da procura de tratamentos termais, bem como compreender e aprofundar o efeito dos tratamentos na melhoria da qualidade de vida e de sono.

Palavras chave: Qualidade de vida, padrões do sono, termalistas SARS-CoV-2 e COVID-19

USO DE REDES SOCIAIS, FONTES DE INFORMAÇÃO E CONHECIMENTO NUTRICIONAL.

Amélia Catarina Fernandes Ribeiro; António José Gonçalves Fernandes; Ana Maria Geraldes Rodrigues Pereira

CIMO - Centro de Investigação de Montanha, Instituto Politécnico de Bragança

Introdução: Conhecimento nutricional é a informação que leva à compreensão e tomada de decisões acerca da alimentação. Estudos mostram uma relação entre o nível do conhecimento nutricional e os comportamentos alimentares, sendo que, um maior conhecimento nutricional está associado a comportamentos alimentares mais saudáveis, nomeadamente a um maior consumo de frutas e legumes e menor consumo de produtos ricos em gordura e açúcares adicionados. Por sua vez, estes comportamentos associam-se a um menor risco do desenvolvimento de doenças crónicas. A informação sobre nutrição pode ser obtida através de diferentes meios, assumindo as redes sociais um papel cada vez mais ativo. Com a digitalização da informação ocorreu um aumento da quantidade de informação disponível, para a população em geral, sobre os mais variados assuntos, nomeadamente nutrição e alimentação. Neste sentido, é necessário ter atenção e sentido crítico em relação às fontes consultadas e à informação retida, principalmente no que

diz respeito à consulta de páginas da internet e redes sociais pois, nem toda a informação é pertinente e está cientificamente comprovada. Objetivo: Avaliar a relação entre o uso de redes sociais, as fontes de informação e o conhecimento nutricional. Metodologia: Trata-se de um estudo transversal, numa amostra não probabilística do tipo bola de neve (snowball sampling) aplicado a 329 indivíduos adultos residentes em Portugal, através de um questionário online. Para efetuar a análise estatística dos dados recolhidos foi utilizado o programa IBM SPSS versão 26.0 para Windows, sendo adotado o nível de significância de 5%. Resultados: Os resultados mostram um acerto médio de 58,6% das questões sobre o conhecimento nutricional. Relativamente às fontes de informação, a Internet foi identificada por 86,9% dos inquiridos como sendo o método através do qual obtém informações relativas à alimentação e nutrição. As redes sociais são utilizadas por 97,6% dos indivíduos, sendo o Facebook foi a mais relatada (95%). Verificaram-se diferenças estatisticamente significativas entre o conhecimento nutricional e o uso de Internet (p-value=0,020), Programas de televisão (p-value=0,017), Livros, Publicações científicas, Cursos e palestra, Sites de organizações governamentais, Sites de associações profissionais e sociedades científicas (p-value=0,000), Familiares/amigos/colegas (p-value=0,001) e ainda o uso da rede social “Snapchat” (p-value=0,015). Conclusão: As fontes de informação mostram-se como um fator relevante sobre o conhecimento nutricional, no entanto, a influencia das redes sociais é reduzida. Mais estudos são necessários para que seja possível perceber se a utilização destes meios de comunicação poderá ser um instrumento eficaz para o aumento do conhecimento nutricional.

Palavras chave: Conhecimento nutricional, redes sociais, fontes de informação

EN CAMINO HACIA UNA PRÁCTICA CLÍNICA CON ÉTICA. EL PAPEL DE LA ENSEÑANZA DE LA BIOÉTICA EN LOS PLANES DE ESTUDIO DEL GRADO EN MEDICINA DE LAS UNIVERSIDADES ESPAÑOLAS.

Jorge de Juan Fernández

Universidad de León

Desde hace más de 2500 años la Ética Médica está considerada como parte de la formación de un médico, pero hasta el último tercio del siglo XX no hay una referencia explícita a la necesidad de que sea incluida formalmente en los planes de estudio de Medicina. Su presencia en los currículos no es periférica ni ornamental, sino que se trata de un elemento imprescindible y elemental. En todas las directrices internacionales se legitima la necesidad de adquirir competencias éticas en los estudios, orientadas hacia el correcto desempeño de la profesión para la que se preparan los estudiantes. Tal es así que en la 51ª Asamblea Médica Mundial de 1999 la Asociación Médica Mundial estimó que en todas las facultades de Medicina se deberían impartir asignaturas con carácter obligatorio sobre ética médica y derechos humanos. Para muchos este tipo de estudios es considerado como un residuo de un tiempo ya pasado. Sin embargo, nadie podrá ser un auténtico profesional en su trabajo si este no es ejercido a partir de criterios éticos que deben acompañar desde las situaciones más ordinarias del día a día, hasta la toma de decisiones en situaciones extremas. Lo hemos visto recientemente con la inesperada llegada de la pandemia de la Covid-19. Objetivo: Determinar el grado de importancia que las universidades españolas otorgan a la bioética en la formación de los futuros médicos. Se han buscado todos los planes de estudios de las universidades españolas, públicas y privadas, donde se imparte el Grado de Medicina en el curso académico 2020-2021. La búsqueda se ha realizado con Google, en primer lugar en el Boletín Oficial del Estado, luego en el «Plan de Estudios del Grado de Medicina» de la propia universidad y por último, si no se encontraba dicho documento, en la página web de la facultad en cuestión. Una vez obtenido, se han seleccionado todas las asignaturas (de formación básica, obligatorias y