



**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

mental revela que os enfermeiros com literacia crítica apresentam melhores níveis de saúde mental positiva. As variáveis Preditores da saúde mental positiva foram: O sexo masculino, idade, os anos de experiência profissional, as horas de sono e todas as dimensões da literacia em saúde mental que explicam 24,8% da variação. Conclusão: Neste estudo encontramos correlações significativas ente a literacia e saúde mental positiva dos enfermeiros e algumas variáveis sociodemográficas e contextuais. Acreditamos na importância de investir nesta área, junto dos enfermeiros que prestam cuidados de proximidade nas UCC(S) que neste contexto podem ver melhorada a eficácia das suas intervenções de promoção da saúde mental e referenciação das pessoas em situação de crise.

Palavras chave: Enfermeiro; Cuidados de Saúde Primários; Literacia em saúde mental; Saúde mental positiva.

EVIDÊNCIAS DE SAÚDE MENTAL EM JOVENS UNIVERSITÁRIOS - UM CONTRIBUTO PARA A LITERACIA

Olivia da Conceição Costa Maria; Ana Maria Português Galvão; Maria José Diez Liébana

Introdução: Na última década, a saúde mental tem sido alvo de destaque, corolário sobretudo das crescentes evidências científicas, onde é realçada a importância da saúde mental nos distintos contextos da sociedade. A juventude é caracterizada por ser uma fase intermédia, de mudanças, crises e sucessão de etapas, apresentando uma variabilidade de atitudes e comportamentos que podem fragilizar a vida, colocando-a em risco. De acordo com Abhainath e Kedare (2016), melhor saúde mental em jovens estará associada a melhor saúde física, comportamentos socialmente positivos e comportamentos de menor risco. Ao ingressar no ensino superior, a maioria dos jovens vivencia alguma insegurança em relação à nova etapa. Têm expectativas positivas em relação à sua nova vida e estas são partilhadas com familiares e amigos que exercem pressão sobre os

juvenes, para além da pressão já criada por viverem longe do agregado familiar. Objetivo: Neste contexto, foi descrito no estudo: "Consumo de substâncias psicoactivas em jóvenes universitarios ... ¿Qué realidad?" como um dos objetivos- Identificar o nível de saúde psicológica (depressão, ansiedade e stress) dos alunos do Instituto Politécnico de Bragança. Metodologia: Estudo quantitativo, descritivo, correlacional e transversal. Utilizou-se uma amostra (não probabilística) de 392 alunos. Avaliação da saúde psicológica dos alunos através da Escala de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS21) de Lovibond e Lovibond, adaptada por Pais Ribeiro (2004). Utilização do SPSS para tratamento dos dados por meio de estatística descritiva e inferencial com nível de significância de 95%. Resultados: Cerca de 25% dos estudantes mostram níveis de intensidade acima do normal, nas dimensões depressão e stress, chegando a quase um terço na dimensão ansiedade. As correlações entre as dimensões da EADS21 eram moderadas a fortes. Verificou-se diferença estatisticamente significativa entre os respondentes: de acordo com o sexo ($p=0.001$; d de Cohen= 0.344) para o stress; de acordo com o praticarem ou não exercício físico para o stress ($p=0.010$; d de Cohen= 0.280), ansiedade ($p=0.006$; d de Cohen= 0.252) e depressão ($p=0.034$; d de Cohen= 0.244); de acordo com o já terem ou não iniciado a atividade sexual, para a depressão ($p=0.019$; d de Cohen= 0.287); de acordo com o considerarem ou não pertinente mais ações de sensibilização, para a depressão ($p=0.018$; d de Cohen= 0.331). Conclusões: Os resultados demonstram que os valores gerais são baixos, em cada uma das dimensões da saúde mental da EADS21. Isso implica boas experiências dos respondentes em contexto universitário. Os autores Rickwood et al. (2005) indicam que, apesar da melhoria considerável nas condições de vida e bem-estar físico, a prevalência de problemas e transtornos de saúde mental está a aumentar. Os alunos do sexo feminino apresentam valores mais elevados em todas as dimensões da EADS21, assim como aqueles que não praticam exercício físico, os que ainda não iniciaram a atividade sexual e os que não consideravam mais ações de sensibilização pertinentes.

Palavras chave: Saúde mental; Jovens universitários; Literacia