

RESUMOS - COMUNICAÇÕES LIVRES

CL 81 - PENSAR O PENSAMENTO: O “PENSADOR” E A AUTORREGULAÇÃO NUM MUNDO DE HIPERESTIMULAÇÃO

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Coaching Psicológico

Miguel Alexandre Fernandes Gonçalves[1]

[1]Learn2be, Desenvolvimento Pessoal, Lda

A capacidade de “pensar o pensamento” — isto é, observar, nomear e influenciar o próprio fluxo mental — é uma das competências mais distintivas do ser humano e um pilar transversal da autorregulação. No entanto, em contextos contemporâneos marcados por hiperestimulação e consumo contínuo de informação (notificações, multitarefa, scroll, pressão de tempo), observa-se frequentemente uma redução do espaço mental necessário para reflexão, com impacto na clareza, na tomada de decisão e na consistência comportamental. Muitas pessoas funcionam em “piloto automático”: reagem ao pensamento e ao estímulo, em vez de ativarem um nível de consciência que permita escolher a resposta.

Esta comunicação propõe um enquadramento prático do “pensador” como função metacognitiva que cria espaço entre estímulo e resposta, permitindo reorganizar pensamento, emoção e ação. Serão apresentados sinais comuns de funcionamento automático (ruminação, reatividade, dispersão atencional, dificuldade em parar) e um modelo breve de intervenção orientado para recuperar agência e foco, aplicável em contextos clínicos e organizacionais.

A apresentação inclui demonstração de micro-práticas de treino do pensador, com destaque para: (1) pausas breves de regulação atencional e fisiológica, (2) perguntas metacognitivas que aumentam clareza e flexibilidade psicológica, e (3) journaling estruturado de curta duração para transformar pensamento difuso em direção e compromisso. O objetivo é oferecer aos participantes um mapa simples e transferível para facilitar pensamento consciente, decisão alinhada e ação sustentada em pessoas e equipas.

Palavras-Chave: Metacognição; Autorregulação; Atenção; Pensamento consciente

Resumo Completo (Ficheiro)

CL 162 - DA ESCUTA À TRANSFORMAÇÃO: A CONSTRUÇÃO DE ECOLOGIAS DE PERTENÇA COM ALUNOS MIGRANTES EM CONTEXTO ESCOLAR

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Educação Inclusiva

Rosália Maria da Rocha Coelho[1], Jenny Gil Sousa[2]



[1]Agrupamento de Escolas de Águeda, [2]Escola Superior de Educação e Ciências Sociais - Instituto Politécnico de Leiria

Num contexto de crescente diversidade cultural nas escolas portuguesas, a inclusão de alunos migrantes é frequentemente operacionalizada a partir de modelos centrados no adulto, onde as vozes das crianças permanecem pouco integradas. Neste contexto, o psicólogo escolar assume um papel de facilitador e mediador entre contextos, particularmente em trajetórias migratórias marcadas por perdas e vulnerabilidades, contribuindo para processos de acolhimento e inclusão.

A presente comunicação analisa o potencial da escuta das crianças migrantes enquanto dispositivo de transformação das práticas educativas. Enquadrado num paradigma construtivista, desenvolveu-se um estudo qualitativo com recurso a três *focus groups*, envolvendo 18 crianças do 1.º ciclo, de sete nacionalidades, com idades entre os 7 e os 9 anos, a frequentar Português Língua Não Materna.

Os resultados evidenciam que a inclusão é vivida como um processo relacional, emocional e comunitário, no qual o sentimento de pertença se ancora nas interações diárias com adultos e pares. São identificadas barreiras associadas à ansiedade, separação, dificuldades linguísticas e experiências de discriminação, reforçando a necessidade de respostas educativas contextualizadas.

As crianças destacam a aprendizagem da língua portuguesa, a melhoria da comunicação, a valorização das suas culturas, a sinalética multilíngue e apoios comunitários como aspetos essenciais, evidenciando consciência crítica e capacidade de propor soluções.

Em resposta, a escola implementou medidas como melhoria da comunicação, sinalética multilíngue e valorização do brincar enquanto linguagem universal de inclusão. Paralelamente, no âmbito das assembleias de escola foram dinamizadas atividades, a partir de histórias infantis, centradas na promoção do diálogo intercultural e no desenvolvimento de competências emocionais e relacionais

Defende-se, assim, que quando a escola escuta as crianças e as suas perceções sobre a experiência em contexto escolar, se criam condições mais autênticas para a construção do sentimento de pertença configurando verdadeiras ecologias de pertença. Ao dar voz às crianças e ao traduzir essa voz em mudanças concretas nas práticas educativas, a escola promove processos mais participativos, significativos e ajustados às suas necessidades. Neste contexto, o psicólogo escolar assume um papel relevante na mediação destes processos, contribuindo para a construção de contextos educativos mais inclusivos e responsivos.

CL 46 - REMINDER4CARE: PROGRAMA DE REDUÇÃO DO RISCO DE DEMÊNCIA EM ADULTOS MAIS VELHOS EM ERPI – RESULTADOS DE UM CLUSTER RANDOMIZED CONTROLLED TRIAL

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Neuropsicologia



Catarina Baptista[1], Ana Rita Silva[1], Margarida Pedroso de Lima[1], Rosa Marina Afonso[2]

[1]Universidade de Coimbra, [2]Universidade da Beira Interior

Introdução: O declínio cognitivo e a demência representam desafios significativos nas populações mais envelhecidas, particularmente em Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas (ERPI), onde fatores de risco modificáveis, como o isolamento social, a inatividade física e a baixa estimulação cognitiva, aumentam a vulnerabilidade. Intervenções multidomínio dirigidas a estes fatores têm demonstrado resultados promissores na prevenção da demência. Este estudo apresenta resultados parciais de um *cluster randomized controlled trial*, com o objetivo de avaliar a eficácia do programa REMINDER4Care em *outcomes* cognitivos, emocionais e sociais em adultos mais velhos em ERPI.

Método: Foram incluídos 46 participantes. O grupo experimental (n = 27) foi avaliado em três momentos (*baseline*, pós-intervenção e *follow-up* aos 3 meses), enquanto o grupo de controlo (*waiting-list*) (n = 19) foi avaliado na *baseline* e no pós-intervenção. As medidas incluíram cognição (ACE-R, MMSE, teste de fluência verbal, Pesquisa de Símbolos), humor (GDS-15), redes sociais (LSNS-6), solidão (UCLA LS-3), bem-estar psicológico (EBEP) e funcionalidade (IAFAI). Os dados foram analisados com ANOVA mista (Tempo × Grupo) e ANOVA de medidas repetidas no grupo experimental.

Resultados: Observou-se uma interação significativa Tempo x Grupo na fluência verbal fonémica (letra R: $F(1,44)=6,402$, $p=0,015$, $\eta^2=0,127$) e na capacidade funcional (IAFAI total: $F(1,44)=9,515$, $p=0,004$, $\eta^2=0,178$; ABVD: $F(1,44)=7,975$, $p=0,007$, $\eta^2=0,153$), indicando uma melhoria no grupo experimental e um declínio no grupo *waiting-list.* As análises intra-grupo (medidas repetidas) no grupo experimental revelaram alterações significativas no domínio da linguagem do ACE-R ($F(2,26)=7,894$, $p=0,001$, $\eta^2=0,233$) com uma diminuição linear, e no domínio das capacidades visuoespaciais ($F(2,26)=3,854$, $p=0,034$, $\eta^2=0,129$), com uma tendência quadrática (melhoria pós-intervenção seguida de ligeiro declínio no *follow-up*). As restantes medidas cognitivas, emocionais e de bem-estar psicológico mantiveram-se estáveis ao longo do tempo, sugerindo uma manutenção do funcionamento.

Conclusão: O programa REMINDER4Care demonstrou efeitos benéficos na fluência verbal e na capacidade funcional, mantendo simultaneamente a cognição global, a memória, a velocidade de processamento e o funcionamento emocional. Estes resultados reforçam o potencial das intervenções multidomínio para redução do risco de demência em idosos a residir em ERPI.

Palavras-Chave: Redução do risco de demência, intervenções multidomínio, declínio cognitivo, contexto institucional

CL 24 - INCORPORAÇÃO DA IDENTIDADE VIH E CRESCIMENTO PÓS-TRAUMÁTICO: ANÁLISE QUALITATIVA DE TRAJETÓRIAS DE AJUSTAMENTO PSICOLÓGICO

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Nuno Tomaz Santos[1], Catarina Ramos[2]

[1]Ispa - Instituto Universitário, Lisboa, Portugal, [2]CiiEM – Centro de Investigação Interdisciplinar Egas Moniz, Egas Moniz School of Health & Science, Caparica, Portugal



Apesar dos avanços biomédicos, o VIH continua a implicar desafios na identidade, ajustamento e integração social. Este estudo teve como objetivo analisar como pessoas que vivem com VIH incorporam esta condição na identidade e de que forma esse processo se relaciona com o crescimento pós-traumático (CPT), considerando o papel do estigma e do apoio social. Foi conduzido um estudo qualitativo exploratório com 16 participantes adultos, recrutados em contexto comunitário. Os dados foram recolhidos através de entrevistas semi-estruturadas e analisados com recurso à análise temática, segundo Braun e Clarke, com abordagem indutiva. A análise revelou quatro trajetórias de incorporação identitária: (1) continuidade do self, com integração do VIH como condição de saúde sem impacto significativo na autoimagem; (2) transformação identitária, envolvendo reconfiguração de valores, prioridades e sentido de vida; (3) adaptação pragmática, centrada na gestão funcional da condição sem transformação subjetiva relevante; e (4) integração fragilizada, marcada por sofrimento persistente, sentimentos de inferioridade e ameaça corporal. A relação entre incorporação identitária e CPT revelou-se heterogénea e não linear. As trajetórias de transformação identitária estiveram mais frequentemente associadas a indicadores de CPT, incluindo maior valorização da vida, fortalecimento pessoal, redefinição relacional e crescimento psicológico. No entanto, o crescimento pode coexistir com sofrimento contínuo, mantendo ainda assim um carácter adaptativo. As trajetórias de continuidade e adaptação pragmática associaram-se predominantemente a ajustamento funcional, sem evidência clara de transformação. A integração fragilizada revelou-se incompatível com processos de crescimento, estando associada a narrativas de perda, estigmatização e antecipação negativa do futuro. O estigma, na dimensão internalizada, emergiu como fator central na limitação da integração identitária, promovendo evitamento, isolamento e dificuldades na expressão emocional. Em contraste, o apoio social e o envolvimento comunitário mostraram-se facilitadores de trajetórias mais integradas, podendo sustentar processos de crescimento psicológico. Os resultados sugerem que a incorporação da identidade VIH constitui um processo dinâmico, multidimensional e contextualmente mediado, com implicações para a intervenção psicológica, nomeadamente na redução do estigma, promoção de suporte social e facilitação da integração identitária.

Palavras-Chave: Crescimento Pós-Traumático, Identidade, Ajustamento Psicológico, Estigma

CL 40 - O PSICÓLOGO NOS CUIDADOS DE SAÚDE PRIMÁRIOS: DA CONSULTA INDIVIDUAL À INTEGRAÇÃO EM EQUIPAS ESPECIALIZADAS

Tipo: Comunicação Livre



Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Elsa Maria Mourato Antunes[1], Ana Teresa de Figueiredo Freire Ferreira Rodrigues[1], Ana Margarida Vieira Ribeiro Negrão[1], Bruno Frederico Santos de Jesus Cordeiro[1], Carmen Isabel Pingarilho Espanhol Correia Arranhado[1], Isabel Maria Correia Carvalho[1], Isabel Sofia Coelho de Oliveira Coruche[1], Luís Robert Paula Nogueira[1], Maria Isabel Palmeiro Onofre Baptista Lourenço de Matos[1], Maria Margarida Miragaia Rodrigues[1], Mónica Sofia Pereira Sequeira[1], Renata Gabriela Amante Rocha Giraldo do Rosário[1], Sílvia Cristina Alves Aleixo[1], Susana Maria Ambrósio Frazão Gavancha[1], Vanessa Ferreira Raposo[1]

[1]Unidade Local de Saúde de São José

Nos Cuidados de Saúde Primários (CSP), os psicólogos procuram prestar cuidados de saúde de forma inovadora e eficiente, garantindo intervenções de qualidade ao longo do ciclo de vida e alinhadas com as melhores evidências científicas, contribuindo diretamente para o cumprimento da missão do SNS e da Unidade Local de Saúde de São José (ULS São José).

Esta comunicação pretende partilhar a experiência de trabalho desenvolvida pelo Núcleo de Psicologia dos CSP da ULS São José, enquadrada nos princípios da Psicologia da Saúde e nas diretrizes da APA (2025), que reforçam a importância da intervenção psicológica integrada em equipas multidisciplinares e da melhoria da qualidade dos cuidados em saúde.

Para além da prática clínica individual, destaca-se o trabalho interdisciplinar desenvolvido nos principais programas de saúde comunitária, nomeadamente no Programa de Saúde Escolar, nas Equipas de Cuidados Continuados Integrados e na Equipa Comunitária de Suporte em Cuidados Paliativos, evidenciando o contributo do psicólogo para a intervenção em contextos de elevada complexidade clínica e emocional. Será também descrita a intervenção na prevenção da violência ao longo do ciclo de vida, destacando o papel do psicólogo no Núcleo de Apoio a Crianças e Jovens em Risco, na Equipa de Prevenção da Violência no Adulto, e no Grupo Operativo Institucional para a Prevenção da Violência sobre o Profissional, salientando a relevância da prevenção, da deteção precoce e da articulação interinstitucional.

É igualmente apresentada a prática desenvolvida na orientação de estágios académicos, na atividade formativa e na produção científica, dimensões essenciais da intervenção psicológica nos CSP, que contribuem para a consolidação de competências avançadas, a qualificação contínua das equipas e o fortalecimento de uma cultura de aprendizagem permanente sustentada em evidência.



A partilha desta experiência visa reforçar junto dos profissionais de saúde, decisores e comunidade, o valor acrescentado da intervenção psicológica na saúde, e o seu contributo efetivo na promoção saúde e prevenção da doença, sublinhando a necessidade de expansão do número de psicólogos no SNS. Em 2018, os CSP integravam apenas com 232 psicólogos, número claramente insuficiente para responder às necessidades da população e à crescente procura por cuidados de saúde psicológicos (OPP, 2018).

Resumo Completo (Ficheiro)

CL 53 - DISTRESS PÓS-SEPARAÇÃO E AJUSTAMENTO DIÁDICO EM NOVOS RELACIONAMENTOS AMOROSOS: O PAPEL DA VINCULAÇÃO E DE FATORES RELACIONAIS

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Filipe Nunes Ribeiro[1], Filipa Mucha Vieira[1], Mariana Veloso Martins[1]

[1]Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto

A separação num relacionamento amoroso é uma experiência comum que pode causar distress. Contudo, são escassos os estudos sobre como este distress influencia o funcionamento de novos relacionamentos. A literatura identifica variáveis pessoais e múltiplos fatores distais e proximais associados à rutura amorosa, que contribuem tanto para a experiência de distress como para o ajustamento diádico. Este estudo analisou fatores distais e proximais associados ao distress pós-separação e ao ajustamento diádico atual em indivíduos envolvidos em novos relacionamentos.

Foram recolhidos dados de 390 adultos em relacionamentos amorosos atuais, que completaram medidas de autorrelato sobre características do relacionamento anterior, distress pós-separação, vinculação, personalidade, intimidade e ajustamento diádico.

Os resultados indicaram que o distress pós-separação permaneceu clinicamente relevante para uma proporção substancial de participantes, mesmo vários anos após a separação, e esteve associado a menor ajustamento diádico. O distress pós-separação foi predito pela coabitação anterior, desejo de reconciliação, menor tempo desde a separação, suporte social percebido e vinculação ansiosa. Relativamente ao ajustamento diádico, a conscienciosidade, a intimidade e os estilos de vinculação emergiram como os preditores mais fortes, enquanto o distress pós-separação e o neuroticismo não se mantiveram significativos quando variáveis relacionais foram consideradas.

De modo geral, os resultados evidenciam o impacto duradouro do distress pós-separação e sublinham o papel central da vinculação e dos processos relacionais atuais na compreensão do ajustamento em relacionamentos subsequentes. Estas conclusões identificam o distress pós-separação como um fator de stress relacional persistente, afetando o bem-estar psicológico e o funcionamento do casal, reforçando a importância de fornecer suporte às transições relacionais em intervenções psicoterapêuticas e programas preventivos.

Palavras-Chave: Distress Pós-Separação , Ajustamento Diádico , Vinculação , Intimidade

CL 72 - PARENTAL BURNOUT AND ESCAPE IDEATION: THE MODERATING ROLE OF SOCIOCULTURAL AND INDIVIDUAL DIMENSIONS

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Rita Gomes da Silva[1], Marisa Matias[1]

[1]Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto

Estudos longitudinais e qualitativos evidenciaram a Ideação de Escape (IE) como sendo uma consequência, particularmente gravosa, do Burnout Parental (BP). No entanto, esta relação tem sido pouco explorada na literatura existente. Neste estudo pretende-se assim investigar os mecanismos subjacentes a esta relação explorando dimensões socioculturais e individuais que poderão levar pais em situação de Burnout Parental a experienciarem Ideação de Escape. Dimensões socioculturais como crenças na parentalidade intensiva, experienciar pressão social no desempenho do papel parental, bem como dimensões individuais, como arrependimento parental e perfeccionismo, serão explorados, enquanto dimensões moderadoras nesta relação.
Através de um design transversal e com um questionário de autorrelato recolheram-se dados junto de 260 participantes (85 pais e 175 mães) com pelo menos um filho menor em coresidência. A amostra é ainda constituída maioritariamente por pessoas com escolaridade superior (57,3%), ativas no mercado de trabalho (91,5%) e com 1 ou 2 filhos (92,7%) a viver consigo.
Análises preliminares revelam uma associação moderada entre burnout parental e ideação de escape, como esperado. As crenças de parentalidade intensiva não se relacionam com a ideação de escape. Contudo, as dimensões individuais de perfecionismo e arrependimento parental e a dimensão sociocultural de experienciar pressão social no desempenho do papel parental estão significativamente associadas com esta ideação. A pressão parental e o arrependimento parental foram ainda identificados como moderadores desta relação entre burnout parental e ideação de escape, sendo que valores mais elevados dos moderadores acentuam a relação existente.
Estes resultados permitem aprofundar o conhecimento sobre esta consequência extrema de burnout parental e apontam algumas pistas para as suas implicações na saúde mental e bem-estar dos pais.

Palavras-Chave: Burnout Parental; Ideação de Escape; Arrependimento Parental; Pressão Parental

CL 89 - JOGO RESPONSÁVEL NA ERA DA INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL: PERSPETIVAS PROFISSIONAIS SOBRE TECNOLOGIAS AVANÇADAS, RISCOS E REGULAÇÃO

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Artemisa Rocha Dores[1], Beatriz C. R. Barroso[2], Leonor Cardoso[2]

[1]CIR, E2S-P.Porto; LabNPF, FPCEUP, [2]E2S-P.Porto

O jogo patológico está associado a impactos significativos a nível individual e societal, podendo ser agravado pela acessibilidade, anonimato e design envolvente dos ambientes de jogo online. Neste contexto, as tecnologias avançadas (e.g., inteligência artificial e análise de dados) têm vindo a ser propostas, de forma crescente, como ferramentas de apoio à prevenção, deteção precoce, minimização

de riscos e redução de danos. O presente estudo teve como objetivo explorar as utilizações atuais e potenciais destas tecnologias no domínio do jogo, a partir de uma perspetiva interdisciplinar.

Foram realizadas 45 entrevistas semiestruturadas com especialistas das áreas das ciências sociais e jurídicas (*n* = 24) e das tecnologias (*n* = 21). Os dados foram analisados através de um método de codificação dedutivo, seguido da análise temática indutiva. No total, foram identificados 182 códigos, entre os profissionais das ciências sociais/jurídicas e 228 entre os especialistas em tecnologia. Emergiram quatro temas principais: (i) caracterização dos contextos contemporâneos de jogo; (ii) aplicações e implicações das tecnologias avançadas; (iii) enquadramentos regulatórios e desafios associados; e (iv) recomendações e direções futuras.

Os resultados evidenciam a influência de práticas de design orientadas para o lucro, o aumento da vulnerabilidade dos utilizadores em ambientes digitais de jogo, lacunas regulatórias e preocupações relacionadas com a transparência algorítmica e a gestão de dados. As tecnologias avançadas foram conceptualizadas como tendo um papel dual, podendo simultaneamente exacerbar os danos associados ao jogo e permitir a identificação precoce de padrões de risco, bem como o desenvolvimento de intervenções direcionadas.

De forma geral, os resultados sugerem que as estratégias de jogo responsável não podem depender exclusivamente de soluções tecnológicas (e.g., monitorização comportamental ou definição de limites). Estas devem ser integradas numa abordagem mais ampla de saúde pública, que inclua regulação/legislação eficaz, intervenções ao nível comunitário e literacia digital e financeira dos utilizadores. A maximização dos benefícios da inovação tecnológica, assegurando simultaneamente a proteção dos utilizadores, requer colaboração interdisciplinar, sistemas transparentes e eticamente regulados, bem como políticas baseadas em evidência. São ainda discutidas implicações, limitações e direções para investigação futura.

Palavras-Chave: Jogo patológico , Tecnologias avançadas , Prevenção , Deteção precoce

CL 97 - (DES)AJUSTADOS AO SISTEMA? O PERFIL PSICOLÓGICO DE ADOLESCENTES EM ACOLHIMENTO RESIDENCIAL

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Ana Simão[1], Cristina Nunes[1]

[1]Universidade do Algarve

O ajustamento psicológico de adolescentes em contextos de acolhimento residencial decorre da interação de múltiplos fatores interdependentes. O presente estudo tem como objetivo analisar o ajustamento psicológico de jovens a viver em instituições de acolhimento residencial em Portugal, procurando identificar perfis psicossociais diferenciados. A amostra é constituída por 433 adolescentes, com idades compreendidas entre os 12 e os 18 anos, provenientes de 46 instituições distribuídas a nível nacional. Os participantes responderam a instrumentos de autorrelato que avaliaram variáveis centrais, nomeadamente o apoio social, as estratégias de coping, a regulação emocional, os traços da Tríade Negra da personalidade, os padrões de vinculação e a perceção de integração institucional.

Com recurso a uma análise de clusters hierárquica, foram identificados três perfis distintos, teoricamente consistentes, diferenciados por variáveis como o número de amigos próximos, o tempo de institucionalização, o consumo de substâncias psicoativas e a utilização de medicação psiquiátrica. Estes

perfis refletem diferentes níveis de ajustamento psicológico, emocional, comportamental e social, em linha com a literatura internacional.

Este estudo contribui de forma inovadora para a investigação nesta área ao evidenciar padrões específicos de adaptação em adolescentes em acolhimento residencial, oferecendo indicações relevantes para o desenvolvimento de estratégias de intervenção e prevenção mais ajustadas, orientadas para a promoção do bem-estar e de trajetórias de desenvolvimento mais saudáveis nesta população.

Palavras-Chave: acolhimento residencial; adolescentes; ajustamento psicológico; perfil psicossocial

CL 113 - A VINCULAÇÃO E O AFETO NA IDADE ADULTA: UM ESTUDO COMPARATIVO ENTRE VÍTIMAS E NÃO VÍTIMAS DE ABUSO SEXUAL NA INFÂNCIA.

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Margarida Santos Braz Martins[1], Telma Catarina Almeida[2]

[1]Egas Moniz School of Health & Science, [2]Egas Moniz Center for Interdisciplinary Research (CiiEM); Egas Moniz School of Health & Science

Enquadramento: O abuso sexual na infância constitui uma experiência adversa com impacto profundo, podendo manifestar-se na idade adulta, através de dificuldades emocionais e comportamentais, como pensamentos intrusivos negativos e comportamentos autodestrutivos. A literatura evidencia que estas vivências, combinadas com um ambiente familiar marcado por vinculações inseguras, podem comprometer o estabelecimento de relações seguras na idade adulta, refletindo-se em padrões de funcionamento interpessoal disfuncionais e menor qualidade de vida. **Objetivos:** O presente estudo teve como objetivo comparar vítimas e não vítimas de abuso sexual na infância, no que respeita às experiências adversas na infância, à vinculação na idade adulta e aos afetos positivos e negativos. Adicionalmente, realizou-se a análise da relação entre estas variáveis e a identificação de preditores dos afetos positivos e negativos. **Participantes:**A amostra foi constituída por 481 participantes (293 mulheres e 93 homens), com idades entre 18 e 78 anos. **Método:** A recolha de dados foi realizada através de um protocolo online que incluía o questionário sociodemográfico, o Questionário de Experiências Adversas na Infância (ACEs), a Escala de Vinculação do Adulto (EVA) e o Questionário de Afetos Positivos e Negativos (PANAS). **Resultados:**Os resultados evidenciaram que as vítimas de abuso sexual apresentaram níveis mais elevados de experiências adversas na infância, de vinculação ansiosa e de afetos negativos. Paralelamente, as vítimas apresentaram níveis mais baixos de conforto com a proximidade, de confiança nos outros e de afetos positivos. As vivências de adversidade na infância apresentam correlações

significativas com o desenvolvimento de vínculos inseguros e com a maior predominância de afetos negativos em detrimento de afetos positivos. O conforto com a proximidade e a confiança evidenciaram-se como preditores significativos dos afetos positivos, enquanto a vinculação ansiosa, o abuso emocional e a confiança nos outros destacaram-se como preditores dos afetos negativos. **Conclusão:** A vivência de abuso sexual na infância encontra-se associada a padrões de vinculação inseguros e a um funcionamento emocional mais negativo na idade adulta, podendo comprometer o bem-estar psicológico. Os resultados reforçam a importância de intervenções precoces e direcionadas para a promoção de relações de vinculação seguras, bem como para o acompanhamento psicológico de crianças expostas a experiências adversas.

Palavras-Chave: Abuso sexual , Vinculação , Afetos positivos , Afetos negativos

CL 166 - ASSIMILAÇÃO DA EXPERIÊNCIA DE CANCRO DA MAMA METASTÁTICO: UM ESTUDO DE CASO

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Ana Catarina Monteiro[1], Ricardo Machado[1], Isabel Basto[1], Patrícia Pinheiro[1], William B. Stiles[2]

[1]Centro de Psicologia da Universidade do Porto & Universidade da Maia, [2]Departamento de Psicologia, Miami University, Ohio; e USA Metanoia Institute, Londres, UK.

O cancro da mama é o mais prevalente nas mulheres, sendo 5 a 10% diagnosticadas na fase metastática. O cancro da mama metastático (CMM) é incurável, acarretando desafios biopsicossociais consideráveis. O Modelo de Assimilação de Experiências Problemáticas, tradicionalmente aplicado na investigação em psicoterapia, pode ser útil na compreensão da vivência intrapsíquica deste fenómeno. Devido ao confronto com a finitude de vida, o CMM pode ser concetualizado como uma experiência problemática, pois cria descontinuidade no *self*, sendo difícil de atribuir significado e integrar/assimilar. O Modelo de Assimilação preconiza que a não integração/assimilação de experiências problemáticas no *self* resulta em sofrimento psicológico, enquanto a maior integração/assimilação promove bem-estar psicológico e funcionalidade. Apesar dos elevados desafios associados à experiência de CMM, permanece pouco explorado o modo como estas mulheres integram/ assimilam e atribuem significado a esta experiência. Neste sentido, importa compreender de que forma a assimilação/integração desta experiência se relaciona com a qualidade de vida e o bem-estar psicológico. O presente estudo de caso teve como objetivo explorar (1) o nível de assimilação da experiência de CMM em duas mulheres e (2) a sua relação com a qualidade de vida e bem-estar psicológico. O nível de assimilação da experiência de CMM foi avaliado em entrevistas semi-estruturadas, através da Escala de Assimilação de Experiências Problemáticas. O *Clinical Outcome Routine Evaluation* e o *Functional Assessment of Cancer Therapy* foram utilizados para avaliar o bem-estar psicológico e a qualidade de vida, respetivamente. Os resultados sugeriram diferenças na assimilação da experiência de CMM entre as participantes. Observamos que níveis mais elevados de assimilação estavam associados a uma melhor qualidade de vida e bem-estar psicológico. Ao suportar a relevância da construção de significado face à doença e da integração/assimilação deste tipo de experiência problemática, este estudo traz pistas para a intervenção psicológica no CMM.



CL 174 - FATORES PSICOLÓGICOS E INDICADORES DE (DES)ADAPTAÇÃO EM PESSOAS COM DOENÇA RENAL CRÓNICA EM HEMODIÁLISE.

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Janúcia Gomes da Silveira[1], Rui C. Campos[2], Marina P. Guerra[1], Raquel C. Barbosa[3]

[1]Centro de Psicologia da Universidade do Porto - CPUP, [2]Centro de Investigação Integrada em Saúde, Departamento de Psicologia da Universidade de Évora, [3]Centro de Psicologia da universidade do Porto - CPUP

Introdução: A doença renal crónica (DRC) e a hemodiálise (HD) implicam um processo contínuo de adaptação física e psicossocial. Para além dos fatores pasicológicos tradicionalmente estudados, importa compreender o papel de características e processos psicológicos subjacentes da pessoa ainda pouco explorados na DRC e a sua relação com diferentes indicadores de adaptação.

Objetivo: Analisar as associações entre personalidade mal-adaptativa, mecanismos de defesa, vulnerabilidade mental e mentalização e diferentes indicadores de adaptação à DRC: qualidade de vida (QV), bem-estar psicológico (BEP), ativação do paciente (PAM) e envolvimento psicológico na gestão da saúde (PHE).

Metodologia: Estudo observacional, quantitativo, transversal, correlacional e multicêntrico, com uma amostra não probabilística de 171 pessoas com DRC em programa regular de HD, com idades entre 18 e 90 anos (M = 66.08; DP = 13.91), das quais 63.2% eram homens. A recolha decorreu em diversos centros de diálise da região do Porto. Foram analisadas correlações de Pearson entre os fatores psicológicos e os indicadores de adaptação ($p < .05$).

Resultados: As associações mais fortes e consistentes concentraram-se na QV e no BEP, embora com padrões diferenciados entre os indicadores de adaptação. Na personalidade mal-adaptativa, destacou-se o desligamento, associado negativamente à QV ($r = -.52$, $p < .001$), BEP ($r = -.62$, $p < .001$), PAM ($r = -.24$, $p < .01$) e PHE ($r = -.29$, $p < .001$). Entre os mecanismos de defesa, projeção e somatização apresentaram associações negativas expressivas com QV ($r = -.50$ e $-.54$, respetivamente; $p < .001$) e BEP ($r = -.47$ e $-.54$, respetivamente; $p < .001$). Observaram-se também padrões menos lineares: a racionalização associou-se negativamente à QV ($r = -.34$, $p < .001$) e ao PHE ($r = -.25$, $p < .001$), mas positivamente ao BEP ($r = .25$, $p < .001$); a sublimação, classificada como mecanismo maduro, associou-se negativamente à QV ($r = -.20$, $p < .01$). A vulnerabilidade mental apresentou as associações negativas mais expressivas com QV ($r = -.73$, $p < .001$) e BEP ($r = -.59$, $p < .001$), associando-se também negativamente ao PHE ($r = -.32$, $p < .01$). Na mentalização, a hipomentalização associou-se negativamente à QV ($r = -.36$,

$p < .001$) e ao BEP ($r = -.34$, $p < .001$), enquanto a hipermentalização apresentou associações positivas com ambos ($r = .42$ e $.45$, respetivamente; $p < .001$).

Conclusão: Os resultados evidenciam um padrão heterogéneo de associações, sugerindo que a adaptação à DRC não se reduz a uma oposição entre características ou processos psicológicos favoráveis e desfavoráveis. Diferentes formas de funcionamento psicológico podem relacionar-se de modo distinto com QV, BEP, ativação e envolvimento com a saúde. Particularmente, os padrões observados nos mecanismos de defesa e na mentalização levantam a hipótese de que, na adaptação à DRC, poderá ser relevante considerar não apenas a presença ou intensidade da elaboração psicológica, mas também a sua função, flexibilidade e capacidade de integrar a experiência emocional da doença. Estes resultados reforçam a pertinência de uma avaliação psicológica integrada e individualizada no contexto dos cuidados renais.

Palavras-Chave: doença renal crónica , hemodiálise , fatores psicológicos , adaptação à doença

CL 176 - COMPORTAMENTOS DIGITAIS PARENTAIS E HÁBITOS DIGITAIS NA INFÂNCIA: O FENÓMENO DO SHARENTING EM PORTUGAL

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Cláudia Castro Dias[1], Berta Rodrigues Maia[1], Ângela Leite[1], Íris Oliveira[1], Andreia Sobrinho[2]

[1]Universidade Católica Portuguesa, Faculdade de Filosofia e Ciências Sociais, [2]Faculdade de Medicina, Universidade do Porto

A parentalidade contemporânea encontra-se inevitavelmente inserida no ecossistema digital, emergindo as dinâmicas e comportamentos digitais dos cuidadores como variáveis determinantes para compreender o desenvolvimento infantil. Entre estes comportamentos, destaca-se o *sharenting*, entendido como a partilha de imagens, vídeos e informação sobre os filhos nas redes sociais. Este fenómeno tem ganho uma expressão cada vez mais relevante no panorama digital atual, acompanhando o aumento generalizado do uso das tecnologias digitais pelos adultos. O *sharenting* é frequentemente motivado pela procura de ligação social, validação e construção de identidade parental no espaço online. Apesar dos potenciais benefícios percebidos, este comportamento tem sido associado a menor bem-estar psicológico parental e levanta questões relevantes quanto ao seu impacto no desenvolvimento e na segurança das crianças. Apesar da sua atual pertinência, a escassez de estudos sobre *sharenting* fundamenta a importância de investigar este fenómeno e analisar de que forma a exposição digital promovida pelos pais se correlaciona com os comportamentos digitais dos filhos. A presente comunicação tem como objetivo analisar os hábitos de *sharenting* em pais de crianças entre os 4 e os 8 anos, bem como explorar a sua relação com os hábitos digitais das crianças. A amostra é constituída por 65 pais e cuidadores de crianças entre os 4 e os 8 anos (dados preliminares), que preencheram um questionário online que incluiu medidas de hábitos digitais das crianças e uma medida de hábitos de *sharenting* dos pais e cuidadores (Sharenting Evaluation Scale – SES). Os resultados preliminares indicam que mais de metade dos cuidadores reporta já ter partilhado conteúdos dos seus filhos nas redes sociais, sendo que a maioria reporta o envio de fotografias e vídeos a outras pessoas através de canais privados. Contudo, a maioria dos pais refere evitar a publicação de conteúdos que possam expor as crianças a situações íntimas ou potencialmente embaraçosas. A comunicação irá ainda analisar a relação entre os hábitos de *sharenting* e os hábitos digitais das crianças, explorando as associações entre estas variáveis.

7º CONGRESSO ORDEM DOS PSICÓLOGOS PORTUGUESES
Coimbra 2026

Palavras-Chave: Sharenting; , Parentalidade Digital , Hábitos Digitais , Redes Sociais

Resumo Completo (Ficheiro)

CL 199 - A ASSIMILAÇÃO DA EXPERIÊNCIA DE CANCRO DA MAMA E A SUA RELAÇÃO COM A QUALIDADE DE VIDA: UM ESTUDO TRANSVERSAL

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Ricardo Machado[1], Patrícia Pinheiro[1], William B. Stiles[2], Isabel Basto[1]

[1]Universidade da Maia, Centro de Psicologia da Universidade do Porto, [2]Miami University, Metanoia Institute, Universidade da Maia

Objetivos: O cancro da mama é o tipo de cancro mais comum e o quarto tipo de cancro mais mortal nas mulheres, a nível mundial. Apesar dos avanços terapêuticos e do aumento da sobrevida, a vivência do cancro da mama implica desafios físicos e psicossociais que podem comprometer a qualidade de vida das pacientes, dificultando o seu processo de ajustamento à doença. Por isso, esta experiência pode ser problemática e de difícil integração/assimilação no self. Apesar da extensa literatura em Psico-Oncologia sobre o ajustamento ao cancro, os processos intrapsíquicos que sustentam a adaptação das mulheres ao cancro da mama — e a sua relação com a qualidade de vida — permanecem insuficientemente compreendidos. O Modelo de Assimilação conceptualiza os estados psicopatológicos como associados a experiências problemáticas não integradas no self, postulando que o bem-estar decorre da assimilação progressiva dessas experiências, que passam a poder ser utilizadas como recursos no futuro. Neste contexto, este modelo constitui uma grelha de leitura particularmente relevante para explorar essa experiência. Assim, o presente estudo teve como principais objetivos: (a) explorar a relação entre o nível de assimilação da experiência de cancro da mama e a qualidade de vida; e (b) analisar o processo de assimilação dessa experiência, bem como os fatores que o facilitam ou dificultam.

Método: A amostra foi composta por 56 mulheres diagnosticadas com cancro da mama. As participantes foram sujeitas a uma entrevista semiestruturada acerca da sua vivência do cancro da mama, posteriormente analisada com recurso à Escala de Assimilação de Experiências Problemáticas. Para avaliar a qualidade de vida foi utilizada a *Functional Assessment of Cancer Therapy – General.*

Resultados: Os resultados sugerem que facilitar o processo de assimilação da experiência de cancro da mama junto destas mulheres pode ser importante na promoção de melhorias na qualidade de vida destas mulheres. Neste sentido, a assimilação pode ser informativa para guiar e direcionar as nossas intervenções psicológicas com esta população: ao desenvolverem e guiarem intervenções que facilitem o processo de assimilação da experiência de cancro de mama, os terapeutas podem promover uma melhoria na qualidade de vida destas mulheres e no seu ajustamento à doença.

Palavras-Chave: Cancro da mama , Modelo de Assimilação , Qualidade de vida , Psico-Oncologia

CL 235 - FUNÇÕES EXECUTIVAS E ESTILOS PARENTAIS EM CRIANÇAS COM PERTURBAÇÕES DO SONO

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Miguel Almeida Ribeiro[1], Alexandra Gaudêncio[1], Sofia Major[2], Maria João Seabra-Santos[3]

[1]Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, [2]Departamento de Psicologia da Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade dos Açores, [3]Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

Enquadramento: As Perturbações do Sono (PS) são frequentes durante a infância e podem impactar o desenvolvimento das Funções Executivas (FE). As FE são necessárias para diversos aspetos do funcionamento diário e para a aquisição de competências ao longo do desenvolvimento. Além disso, a presença de PS pode afetar o modo como os pais exercem a sua parentalidade. Assim, torna-se relevante compreender a relação entre as PS, as dificuldades nas FE de crianças com PS e o Estilo Parental (EP) adotado pelos seus pais. *Objetivos:* Analisar a relação entre as PS e as FE de crianças em idade pré-escolar, caracterizando o seu desempenho em função das suas características e perceber se os EP e as FE se relacionam. *Metodologia:* Neste estudo, participaram 17 crianças com PS (grupo clínico), com idades entre os 2 e os 6 anos, e os seus pais. Estes, responderam a um questionário sociodemográfico e ao Inventário de Avaliação Comportamental das Funções Executivas - Versão pré-escolar (BRIEF-P) e ao Questionário de Dimensões e Estilos Parentais (QDEP). O estudo incluiu, igualmente, dois grupos de comparação, um para o BRIEF-P (n = 17) e um para o QDEP (n = 29). *Resultados:* Verificaram-se diferenças significativas em três resultados do BRIEF-P, nomeadamente, na escala Memória de Trabalho, no índice Metacognição Emergente e no Compósito Executivo Global, indicando para estes domínios maiores dificuldades das FE no grupo clínico. Não se verificaram diferenças estatisticamente significativas nas FE (Compósito Executivo Global) em função de características clínicas ou sociodemográficas analisadas, mas observou-se uma correlação positiva estatisticamente significativa (r = .628, p < .01) entre as dificuldades nas FE e o recurso ao EP autoritário. Observou-se, igualmente, que os pais do grupo clínico faziam mais uso do estilo autoritativo que os do grupo de comparação. *Discussão e Conclusões:* A presente investigação contribui para caracterizar as FE e os EP em crianças com PS, expandindo a literatura na área e abrindo caminho para estudos futuros que apoiem intervenções clínicas capazes de promover a saúde mental junto de famílias com crianças com PS.

Palavras-Chave: Funções Executivas , Perturbações do Sono , Estilos Parentais , Idade Pré-Escolar

CL 319 - INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA EM EMERGÊNCIA: ATUAÇÃO DO CAPIC-INEM NO ACIDENTE DO ELEVADOR DA GLÓRIA EM LISBOA

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Marta Sofia de Oliveira Passos Serafim dos Santos[1], Joana Anjos, Sónia Cunha, Margarida Portugal Mota, Rita Fatela, Silvia Campino, Ana Márcia Oliveira, Ana David[1]

[1]INEM

No dia 3 de setembro de 2025, o acidente que envolveu o Elevador da Glória, em Lisboa, constituiu um evento crítico com múltiplas vítimas, implicando uma resposta multidisciplinar. A intervenção psicológica foi assegurada pelos Psicólogos do Centro de Apoio Psicológico e Intervenção em Crise (CAPIC) do INEM, através das Unidades Móveis de Intervenção Psicológica de Emergência (UMIPEs), integradas no dispositivo de emergência pré-hospitalar.

Esta comunicação visa descrever e analisar a intervenção psicológica do INEM num acidente com múltiplas vítimas, identificando eixos de atuação, desafios operacionais e contributos para a prática em contexto de emergência. Pretende ainda caracterizar a resposta dos psicólogos no apoio a vítimas, familiares, profissionais de emergência e comunidade, evidenciando a articulação com outras entidades.

A intervenção iniciou-se com a avaliação situacional e identificação de necessidades prioritárias, abrangendo vítimas diretas, familiares, profissionais de emergência e elementos da comunidade expostos ao evento.

Foram realizadas diversas intervenções, nomeadamente primeiros socorros psicológicos, estabilização emocional, psicoeducação e promoção da ativação de redes de suporte. Paralelamente, foi estruturada uma área de acolhimento para familiares, garantindo condições de segurança, privacidade e conforto, bem como a recolha sistematizada de informação relevante para identificação de vítimas, em estreita articulação com entidades como a Polícia Judiciária e o Instituto de Medicina Legal.

A intervenção contemplou o apoio aos profissionais de emergência, com foco na avaliação de reações de stress agudo, promoção de coping adaptativo e monitorização da sua capacidade para manter funções no terreno. Destaca-se ainda a atuação através do CODU, em que o CAPIC teve a função de assegurar a centralização da informação e a gestão de pedidos de apoio de familiares e da comunidade.

Nos dias subsequentes, a intervenção estendeu-se à comunicação de más notícias, acompanhamento no início do processo de luto, apoio na recolha de pertences e encaminhamento para respostas especializadas, incluindo follow-ups com vítimas e operacionais envolvidos.

Este caso evidencia o papel crítico da intervenção psicológica em emergência, estruturada e integrada, salientando a relevância da atuação do CAPIC do INEM na mitigação do impacto psicológico de incidentes críticos e na promoção da recuperação individual e comunitária.

CL 349 - ADHERENCE TO TUBERCULOSIS TREATMENT: A PROBLEM OF DEFINITION, MEASUREMENT, AND CONSTRUCTION OF BEHAVIOUR



Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

João Pedro Ramos[1], Catarina Simas[2], Mariana Vieira[1], Ana Sofia Aguiar[1], Ana Rute Costa[1], Marta Pinto[2], Raquel Duarte[1]

[1]Instituto de Saúde Pública da Universidade do Porto, [2]Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto

Despite the conceptual expansion of the construct, adherence to tuberculosis (TB) treatment remains defined and measured in heterogeneous ways, undermining cross-study comparability and the robustness of the inferences drawn. This scoping review examined how adherence is designated, conceptualised, operationalised, and measured in observational studies of drug-susceptible TB, assessing the degree of alignment with contemporary models and identifying methodological weaknesses in the literature.

A total of 103 studies identified across eight databases up to February 2026 were included. Using content analysis, we mapped the terminologies, operational definitions, indicators, and implicit constructs underlying the adherence measures used in the included studies.

The results reveal persistent conceptual ambiguity. Explicit definitions are uncommon and, when present, are often replaced by operational criteria that define adherence within the study. The same label ("adherence") is applied to distinct phenomena, such as dose ingestion, clinic attendance, or treatment completion, revealing a systematic construct conflation of conceptually non-equivalent constructs. In addition, multidimensional measures are frequently reduced to binary or ordinal categories, and cross-sectional designs predominate, reinforcing a static representation of a phenomenon that is inherently processual and dynamic.

This dissonance between conceptualisation, measurement, and analysis limits understanding of the potential determinants of adherence and obscures the role of contextual, relational, and structural factors. These findings underscore the need to align theory, operationalisation, and analysis, while preserving the multidimensional and temporal nature of adherence. Conceptual clarification and methodological standardisation are essential to produce evidence that is more valid, comparable, and useful for developing effective and equitable TB interventions.

Palavras-Chave: Adherence , Tuberculosis , Measurement , Health Behaviour

CL 351 - COMPETÊNCIAS CULTURAIS NA INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA: DESAFIOS E IMPACTOS NA PRÁTICA

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Joana Bessa Topa[1]

[1]UMAIA & CIEG/ISCSP-ULisboa

A intervenção psicológica tem sido progressivamente desafiada pela crescente diversidade cultural das populações que compõem Portugal na atualidade. Todavia, a formação dos/as seus/suas profissionais continua, em muitos casos, a negligenciar o desenvolvimento de competências culturalmente

responsivas. Esta lacuna compromete não só a qualidade da prática clínica, mas também a equidade no acesso e eficácia dos cuidados de saúde mental. Grande parte dos modelos teóricos dominantes assenta em perspetivas ocidentais, frequentemente baseadas em amostras homogéneas, o que sustenta uma visão universalista da psicologia. Esta abordagem tende a ignorar diferenças culturais fundamentais, como sistemas de crenças, formas de expressão emocional ou significados atribuídos ao sofrimento. Como resultado, perpetuam-se práticas etnocêntricas, pouco ajustadas à diversidade dos contextos reais. Ao nível formativo, esta negligência manifesta-se na escassez de conteúdos obrigatórios sobre diversidade cultural, migração, racismo ou interseccionalidade, sendo muitas vezes abordados de forma superficial. Acresce a falta de experiências práticas supervisionadas com populações diversas, limitando o desenvolvimento de competências reflexivas e adaptativas. Os impactos são múltiplos e significativos. A ausência de sensibilidade cultural pode conduzir a avaliações enviesadas e diagnósticos inadequados, resultantes da aplicação acrítica de instrumentos e critérios. A relação terapêutica pode ficar fragilizada, dificultando a criação de uma aliança sólida, essencial para o sucesso da intervenção. As pessoas podem sentir-se incompreendidas ou desvalorizadas, o que aumenta o risco de dropout. Além disso, esta falha contribui para o agravamento de desigualdades já existentes no acesso à saúde mental, particularmente entre populações migrantes ou racializadas. A incapacidade dos profissionais para reconhecer os seus próprios vieses limita uma prática ética e reflexiva. Esta comunicação visa refletir sobre a urgência em reformular os modelos de formação em psicologia, integrando de forma transversal competências culturalmente responsivas, através de conteúdos teóricos, práticas supervisionadas e reflexão crítica. Só assim será possível garantir uma intervenção mais justa, eficaz e ajustada a sociedades cada vez mais diversas.

Palavras-Chave: Intervenção Psicológica, migrações, competências responsivas à cultura , desigualdades na saúde mental

CL 357 - EFEITOS DA POLIVITIMAÇÃO NA SAÚDE MENTAL, NO AUTOCONCEITO, NA EMPATIA, E NO RACIOCÍNIO NUMA AMOSTRA DE ADOLESCENTES EM ACOLHIMENTO RESIDENCIAL

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Alexandra M. Lino[1], Bruno de Sousa[1], Isabel Alberto[2], Luiza Nobre-Lima[1]

[1]Universidade de Coimbra, Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo-Comportamental, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação, [2]Universidade de Coimbra, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação

O termo *polivitimação* refere-se à exposição a múltiplas formas de violência interpessoal. No panorama nacional e internacional escasseiam estudos sobre esta temática que envolvam amostras de adolescentes sinalizados pelo sistema de proteção de crianças, sobretudo aqueles a quem foi aplicada a medida de colocação em acolhimento residencial (AR). Paralelamente, verifica-se uma sobrerrepresentação de estudos que investigaram o impacto da polivitimação na saúde mental (e.g., sintomatologia internalizante, externalizante, e associada ao trauma), descurando-se os seus efeitos em dimensões do funcionamento e ajustamento psicológicos que constituem recursos importantes para lidar com a adversidade, tais como o autoconceito, a empatia, e as competências de raciocínio que influem na capacidade de resolução de problemas. Este estudo teve, assim, como principal objetivo aprofundar o conhecimento existente, examinando os efeitos da polivitimação ao nível

dos problemas emocionais e comportamentais e da sintomatologia associada ao trauma, mas também no autoconceito e em domínios do desenvolvimento interpessoal e cognitivo como a empatia e o raciocínio, numa amostra de 116 adolescentes em AR entre os 12 e os 17 anos de idade. O estudo inclui, ainda, uma amostra de 241 adolescentes da comunidade como grupo de comparação. Os efeitos intra- e inter-grupos amostrais, e entre níveis de polivitimação, foram estimados com recurso a uma análise de trajetórias através da linguagem R. A polivitimação de nível elevado revelou ser o principal preditor dos efeitos observados em ambas as amostras. O limiar a partir do qual o impacto da polivitimação se tornou significativo diferiu entre os grupos amostrais e as dimensões do funcionamento psicológico em análise. Na amostra em AR, a polivitimação apresentou associações positivas com uma maior capacidade de empatia e com competências de raciocínio superiores. Os efeitos adversos da polivitimação revelaram-se mais acentuados em adolescentes da comunidade do que em adolescentes em AR. O impacto diferencial dos níveis de polivitimação, tanto nos adolescentes em AR como nos da comunidade, aponta para a necessidade de desenvolver abordagens ajustadas às necessidades específicas de intervenção de cada criança e/ou adolescente polivítima.

Palavras-Chave: polivitimação, adolescentes, acolhimento residencial, funcionamento psicológico

CL 411 - HUMAN-ROBOT INTERACTION EVALUATION SCALE: PROPRIEDADES PSICOMÉTRICAS NUMA AMOSTRA DE JOVENS PORTUGUESES

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Joana Montenegro Romeu[1], Filipa Pimenta[2]

[1]Ispa, [2]Ispa / William James Center for Research

Introdução: A evolução dos chatbots oferece respostas personalizadas, valorizadas por adultos emergentes que privilegiam o contacto virtual. Este estudo teve como objetivo validar e adaptar a *Human-Robot Interaction Evaluation Scale* (HRIES) para a interação humano-chatbot numa amostra de adultos emergentes portugueses.

Método: Este estudo transversal incluiu uma amostra de 480 jovens portugueses, com idades entre os 18 e os 29 anos (*M*= 23,18; *DP*= 3,3; 68,3% mulheres), que responderam à HRIES, composta por quatro dimensões: Sociabilidade (4 itens); Estranheza (4 itens); Agência (4 itens); e Vivacidade (4 itens).

Resultados: Foi realizada uma análise fatorial confirmatória. O modelo apresentou um ajustamento aceitável (CFI = 0,934; TLI = 0,919; NFI = 0,913; GFI = 0,907; RMSEA = 0,077; SRMR = 0,065). Além disso, a escala apresentou consistência interna aceitável e boa nas quatro dimensões (0,760 ≥ α ≥ 0,895).

Conclusão: A HRIES é um instrumento robusto que pode ser utilizado para avaliar a atribuição de características humanas a chatbots (antropomorfismo), incluindo emoções e intenções. Permite analisar a atribuição de atitudes proactivas, de sentimentos de desconforto, perceção de identidade e características humanas realistas e naturais. Este estudo oferece, assim, um contributo significativo para uma análise mais detalhada das diferentes facetas do antropomorfismo, especialmente pertinente considerando a rápida evolução da inteligência artificial.

Palavras-Chave: Traços de personalidade; Necessidade de pertença; Antropomorfismo; Intimidade humano-chatbot

CL 132 - PAS-ECAD: INTERVENÇÃO EM REDUÇÃO DE DANOS COM CONSUMO SUPERVISIONADO DE ÁLCOOL NO CONTEXTO DE UM CENTRO DE ALOJAMENTO DE EMERGÊNCIA

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia Comunitária

Gonçalo Henriques[1], Cláudia Pereira[2], Rodrigo Sousa Coutinho[2], Elsa Belo[2], Paulo Lopes[2], Carolina Marquez[2]

[1]Associação Ares do Pinhal, [2]Ares do Pinhal

A intervenção com pessoas em situação de sem-abrigo com perturbação do uso de álcool coloca desafios específicos, nomeadamente pela elevada complexidade clínica, instabilidade dos percursos de vida e baixa adesão a modelos tradicionais de abstinência. As abordagens de redução de danos têm vindo a afirmar-se como alternativas viáveis, centradas na construção de relação, na diminuição de riscos e na promoção de mudanças graduais.

O modelo PAS-ECAD, foi implementado no Centro de Alojamento de Emergência Municipal em Lisboa. O modelo introduz um sistema de aquisição autónoma, sendo o consumo mediado em contexto supervisionado, com enquadramento técnico e registo estruturado, incluído num dispositivo que compreende acompanhamento psicossocial e clínico.

A integração no programa é precedida por avaliação clínica, e aplicação do AUDIT, sendo formalizada através de consentimento informado. O funcionamento assenta numa organização temporal do consumo (períodos de utilização e pausas obrigatórias), constituindo-se como um espaço privilegiado de observação, regulação e intervenção. A prática psicológica desenvolve-se de forma integrada no quotidiano, centrando-se na construção de vínculo, na promoção da consciência sobre os padrões de consumo e na introdução de estratégias de autorregulação, como o ritmo de ingestão, a alternância com bebidas não alcoólicas e a valorização de momentos de pausa, alimentação e descanso.

A equipa multidisciplinar assegura acompanhamento contínuo, incluindo consulta médica, articulação com respostas especializadas em alcoologia e toma de medicação em observação direta com acompanhamento diário de enfermagem, favorecendo a adesão e a continuidade dos cuidados. A presença regular dos utentes no espaço permite ainda desenvolver processos de acompanhamento mais consistentes e individualizados.

Os resultados apontam para aumento da estabilidade comportamental e redução dos episódios de intoxicação aguda. Regista-se acréscimo da permanência no alojamento (média de 93% de pernoitas mensais) e melhoria da articulação com os serviços de saúde, com uma taxa de concretização de encaminhamentos de 82%. Verifica-se, ainda, a diminuição do consumo em espaço público.

O modelo PAS-ECAD evidencia o potencial das abordagens de redução de danos enquanto enquadramento para a intervenção psicológica em contextos de elevada vulnerabilidade, permitindo trabalhar a mudança de forma progressiva, sustentada na relação e na realidade concreta de cada pessoa.

Palavras-Chave: Redução de Danos , Pessoa em Situação de Sem-abrigo , Álcool , Intervenção psicológica

CL 451 - EVIDÊNCIA PSICOLÓGICA E MEDIÇÃO DE IMPACTO SOCIAL NA QUALIFICAÇÃO DE POLÍTICAS PÚBLICAS: O CASO DO PACD DE VILA NOVA DE GAIA

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia Comunitária

Alexandra Serra[1], Sofia Briro[2], Catarina Mano[2], Sofia Matias[2], Sandra Nogueira[2], Rui Serôdio[2]

[1]Instituto Universitário de Ciências da Saúde (CESPU), [2]FPCEUP

A crescente exigência de fundamentação das políticas públicas em evidência científica reforça o papel da Psicologia na conceção, monitorização e avaliação de respostas sociais complexas. Neste enquadramento, apresenta-se a estratégia de medição de impacto social (MIS) desenvolvida no Plano de Ação para as Comunidades Desfavorecidas (PACD) de Vila Nova de Gaia, integrada no PAOITI AMP Sul.

A abordagem assenta num modelo orientado para o impacto, alinhado com referenciais europeus, centrado na identificação de mudanças ao nível de indivíduos, grupos e territórios. A operacionalização implicou a definição de Indicadores Relevantes de Impacto Social (IRIS), construção de instrumentos “tailormade” e utilização de desenhos metodológicos robustos, incluindo abordagens experimentais e quasi-experimentais, sustentando inferências causais entre intervenção e resultados.

Foram desenvolvidos 17 estudos de MIS, abrangendo operações: (i) Cidadania Ativa (e.g., Ser+Vizinh@); (ii) Mais Saúde (incluindo saúde mental e consulta descentralizada de psicologia); (iii) Cidades Integradoras (e.g., Ubuntu e MOB+); (iv) Social Hub (Centro de Inclusão Social); (v) Educação com Sucesso – 2ª fase (e.g., Ciência Viva e Escola Virtual); e (vi) Espaços Intergeracionais (revitalização de parques temáticos).

A evidência demonstra impactos ao nível do desenvolvimento de competências pessoais, sociais e educativas, redução do isolamento e vulnerabilidade, aumento do acesso a serviços essenciais e promoção da participação social. Destaca-se o carácter transversal da intervenção, abrangendo crianças, jovens, adultos e população sénior, reforçando a resposta a necessidades multidimensionais.

Para além dos resultados nos beneficiários, a MIS afirma-se como instrumento estratégico para a qualificação das políticas públicas, permitindo informar decisões, otimizar recursos e ajustar intervenções com base na evidência. A articulação entre conhecimento científico, prática psicológica e contexto territorial emerge como condição crítica para a eficácia e sustentabilidade das respostas.

Em síntese, evidencia-se o papel estruturante da Psicologia na construção de políticas públicas baseadas em evidência, promovendo respostas mais eficazes, equitativas e orientadas para o impacto social.

Palavras-Chave: medição de impacto social; políticas públicas; evidência psicológica; inclusão social

CL 12 - CLIMA CRIATIVO E MOTIVAÇÃO PARA A APRENDIZAGEM NO 1.º CICLO DO ENSINO BÁSICO: ESTUDO COMPARATIVO ENTRE ESTUDANTES SOBREDOTADOS E DE DESENVOLVIMENTO TÍ

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia da Educação

Alberto Fernando Moreira da Rocha[1], Ramón García-Perales[2], Ana Isabel Silva Almeida[3]

[1]Instituto Superior de Ciências Educativas do Douro (ISCE Douro), [2]Universidade de Castilla-La Mancha (UCLM), [3]ANEIS - Associação Nacional para o Estudo e Intervenção na Sobredotação

O presente estudo analisa as diferenças entre estudantes sobredotados e estudantes de desenvolvimento típico no que respeita ao clima criativo em contexto de sala de aula e à motivação para a aprendizagem no 1.º Ciclo do Ensino Básico, em Portugal. A amostra integrou 74 estudantes (40 de desenvolvimento típico e 34 sobredotados), com idades compreendidas entre os 7 e os 10 anos. Foram utilizados dois instrumentos validados para o contexto português: a Escala de Clima para a Criatividade na Sala de Aula (Dias, 2014) e a Escala de Avaliação da Motivação para a Aprendizagem (EMA) (Neves & Boruchovitch, 2007), permitindo uma análise detalhada das perceções dos estudantes relativamente à criatividade nas práticas pedagógicas e aos fatores motivacionais subjacentes.

O estudo procurou compreender de que forma o contexto educativo influencia diferentes dimensões da motivação — intrínseca e extrínseca — nos dois grupos de estudantes, bem como identificar elementos diferenciadores que possam orientar práticas educativas mais ajustadas às necessidades dos estudantes sobredotados. Os resultados evidenciam que os estudantes sobredotados apresentam uma perceção mais elevada da sua criatividade e autonomia, enquanto os estudantes de desenvolvimento típico revelam níveis superiores de motivação intrínseca. Não foram encontradas diferenças significativas no interesse pela aprendizagem nem no apoio à expressão de ideias. Foram identificadas correlações positivas entre fatores do clima criativo e a motivação, particularmente nos estudantes sobredotados, nos quais a motivação extrínseca se associou ao apoio à expressão de ideias e ao interesse pela aprendizagem.

Estes resultados sugerem que um ambiente educativo criativo pode promover a motivação e o desenvolvimento de competências cognitivas e socioemocionais, favorecendo aprendizagens significativas e ajustadas às especificidades de cada perfil de estudante.

CL 122 - “LEITURAS ACÃOPANHADAS”: UM PROGRAMA APOIADO PELO CÃO PARA O DESENVOLVIMENTO DA LITERACIA EMERGENTE NO PRÉ-ESCOLAR

Tipo: Comunicação Livre



Tema: Psicologia da Educação

Beatriz Baptista[1], Isabel Duarte[2]

[1]Eu Cãosigo, Intervenções Assistidas por Animais CRL, [2]Hospital Lusíadas Monsanto

A promoção da literacia emergente, um fator determinante para o sucesso académico, apoia o desenvolvimento e a consolidação de competências fundamentais a aprendizagens futuras no Ensino Básico. Sabe-se que crianças de contextos socioeconómicos desfavorecidos tendem a enfrentar maiores dificuldades na aquisição da leitura, o que leva à necessidade de garantir a igualdade de oportunidades e equidade para estas crianças.

Apresentamos o programa "Leituras Acãopanhadas", desenvolvido pela Eu Cãosigo, numa aliança entre a Psicologia da Educação e os Serviços Assistidos por Animais (SAA), nos anos de i) 2023 e ii) 2024. A intervenção foi realizada com o apoio de cães de SAA que desempenharam papéis motivadores e facilitadores no envolvimento, participação e processo de aprendizagem dos participantes. i) A sua versão piloto envolveu uma amostra de 36 crianças. ii) O segundo ano do programa beneficiou 38 crianças. Em ambos os anos do projeto, as sessões decorreram ao longo de 16 semanas, envolveram momentos iniciais e finais de avaliação e foram organizadas de forma cumulativa em três formatos: a) grupos de turma, para crianças sem dificuldades identificadas; b) pequenos grupos, para crianças com dificuldades moderadas; e c) a pares, para crianças com dificuldades significativas. Cada criança identificada com dificuldades significativas, além de receber apoio em sessões a pares, participou também nos outros dois formatos, assim como aquelas que mostraram dificuldades moderadas, beneficiaram de sessões em pequeno grupo e em turma. O objetivo desta intervenção incidiu na preparação escolar para a leitura e escrita, ao nível da aquisição de competências pré-leitoras e na prevenção do insucesso, absentismo e abandono escolares. Desta forma, o programa não pretende ensinar as crianças a ler e a escrever, mas sim a que estas integrem posteriormente o primeiro ano do Ensino Básico munidas de competências sólidas que facilitem esta aprendizagem.

i) No primeiro ano, a avaliação quantitativa revelou um aumento de 32% de competências pré-leitoras, com uma redução significativa do número de crianças nos níveis de desempenho mais baixos. ii) No segundo ano, avaliou-se um aumento de 39% das mesmas competências e uma semelhantes redução do número de crianças com dificuldades significativas. Em termos qualitativos, o papel do cão como facilitador do processo de aprendizagem, assim como motivador da presença na escola, é evidente.

Palavras-Chave: Consciência Fonológica , Educação Assistida por Animais , Vulnerabilidade Social , Literacia Emergente

CL 179 - EARLY FOREIGN LANGUAGE EXPOSURE IN EARLY EDUCATION: WHAT DOES THE EVIDENCE SUGGEST FOR EDUCATIONAL PSYCHOLOGY?

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia da Educação

Natália Cristina Guerra Pereira[1], Diana Cristina Rodrigues Pereira[1], Ana Paula Carvalho Soares[1]

[1]Universidade do Minho

Early exposure to a foreign language (FL) in educational settings has attracted growing interest, particularly in early childhood education. Foreign language exposure (FLE) programs are implemented to promote multilingual development from the very first years of life. However, the evidence remains dispersed regarding the characteristics of these programs, the outcomes most often assessed, and their implications for children's broader development. Following the PRISMA-Scr guidelines, this scoping review aimed to map the existing literature on early FLE programs in educational contexts, focusing on: (i) their main characteristics (e.g., amount of exposure, professionals involved, and strategies of implementation); (ii) the measures commonly used to test the program's effects; and (iii) the linguistic, cognitive and developmental outcomes most reported.

Overall, the reviewed studies suggest that early FLE programs are generally associated with gains in FL, particularly in vocabulary and phonological development. Importantly, the evidence consistently indicates no detrimental effects of the children's first language, regardless of programme format or duration. Some studies also report gains in metalinguistic awareness, suggesting that children become more sensitive to the existence of different languages as means of communication. Evidence for broader cognitive benefits such as gains in attention, inhibitory control and cognitive flexibility, is mixed, appearing to depend on the tasks used and the characteristics of the program (e.g., duration). A smaller number of neuroimaging studies further suggest differences in neural activation patterns, particularly in prefrontal regions during the execution of cognitive demanding tasks. Limited evidence also points to potential benefits for some children with atypical developmental profiles.

Taken together, these findings support the educational relevance of early FLE programs, while also highlighting the need for more comprehensive and diverse measures of children's linguistic and cognitive development. For Educational Psychology, this review underscores the importance of evaluating not only whether such programmes produce benefits, but also under which implementation conditions those benefits are most likely to emerge.

Palavras-Chave: Early Childhood; Cognitive Development; Foreign Language Exposure; Multilingualism

CL 196 - EXPERIÊNCIAS DE TRANSIÇÃO E ADAPTAÇÃO AO ENSINO SUPERIOR DE ESTUDANTES ABRANGIDOS POR MEDIDAS DE PROMOÇÃO E PROTEÇÃO: RESULTADOS PRELIMINARES

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia da Educação

Rita Rodrigues[1], Marlene Matos[1], Joana R. Casanova[1]

[1]Universidade do Minho

A transição para o ensino superior constitui um processo ao mesmo tempo desejado e exigente, marcado por mudanças pessoais, sociais e contextuais. Para estudantes abrangidos por medidas de promoção e proteção, esta transição pode assumir contornos particularmente complexos, em virtude de trajetórias frequentemente marcadas por vulnerabilidades prévias. No âmbito de um projeto de investigação mais amplo sobre o sucesso académico destes estudantes, a presente comunicação analisa experiências de transição e adaptação ao ensino superior de estudantes abrangidos por medidas de promoção e proteção, com base em resultados preliminares de dez entrevistas em profundidade. Estes resultados evidenciam que a transição para o ensino superior está condicionada por múltiplos obstáculos. Destaca-se o período prévio ao ingresso, pautado pelo acesso reduzido à informação sobre os cursos e o

funcionamento do ensino superior, bem como pelas baixas expetativas quanto à frequência deste nível de ensino por parte dos estudantes e dos profissionais que os acompanham. Estas baixas expetativas parecem assentar na primazia atribuída aos objetivos de autonomização, centrados na inserção no mercado de trabalho, em detrimento da continuidade dos estudos. Acrescem dificuldades relacionadas com a adaptação académica, sendo assinaladas descontinuidades entre o tipo de ensino frequentado no ensino secundário e as exigências do ensino superior. Os estudantes referem ainda dificuldades relacionadas com os métodos de estudo, a organização do tempo e a gestão das atividades académicas. Paralelamente, emergem fatores facilitadores do percurso destes estudantes, como o acesso a apoios financeiros e a existência de um adulto de referência, que atuam como elementos de proteção e apoio, contribuindo para mitigar dificuldades e favorecer a integração no ensino superior. Esta comunicação pretende aprofundar a compreensão dos processos de transição e adaptação académica de estudantes abrangidos por medidas de promoção e proteção, contribuindo para o desenvolvimento de políticas e práticas que promovam o acesso, a integração e a permanência no ensino superior.

Palavras-Chave: ensino superior , medidas de promoção e proteção , transição , adaptação

CL 215 - SATISFAÇÃO DAS NECESSIDADES PSICOLÓGICAS BÁSICAS NO ENSINO SUPERIOR: O PAPEL DO APOIO SOCIAL, DO SENTIMENTO DE PERTENÇA E DA AUTOEFICÁCIA ACADÉMICA

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia da Educação

Joana Casanova[1], Jorge Sinval[2], Ana B. Bernardo[3], Joaquim A. Ferreira[4], Leandro S. Almeida[1]

[1]Universidade do Minho, [2]National Institute if Education, Nanyang Technological University, [3]Universidade de Oviedo, [4]Universidade de Coimbra

A satisfação das necessidades psicológicas básicas está associada à experiência académica no ensino superior, assumindo-se como um determinante do envolvimento dos estudantes, da qualidade da sua motivação e da sua capacidade de autorregulação da aprendizagem. Baseado na Teoria da Autodeterminação, o presente estudo tem como objetivo analisar de que modo as características dos estudantes se associam à satisfação das necessidades psicológicas básicas, com particular enfoque na autonomia, quer de forma direta, quer indireta, através de mecanismos psicossociais como o apoio social, a autoeficácia académica, o sucesso académico percebido e o sentimento de pertença. Participaram no estudo 1065 estudantes do ensino superior, tendo sido recolhidos dados sociodemográficos (idade, sexo, estudante deslocado e situação profissional) e dados sobre o apoio social percebido (família e pares), a autoeficácia académica, o sucesso académico percebido, o sentimento de pertença e a satisfação das necessidades psicológicas básicas, com particular enfoque na autonomia. A análise dos dados consistiu na Modelação de Equações Estruturais, permitindo a estimação simultânea dos modelos de medida e estrutural, bem como a avaliação integrada dos efeitos diretos e indiretos entre as variáveis em estudo. Os resultados evidenciam que a satisfação das necessidades psicológicas

básicas e, em particular, da autonomia, é predominantemente explicada por variáveis de natureza psicossocial e académica, nomeadamente a autoeficácia académica, o sucesso académico percebido e o sentimento de pertença. O apoio social (família e pares) exerce um efeito indireto relevante, ao potenciar estes recursos internos, embora com padrões de associação diferenciados consoante a fonte de suporte. Por sua vez, as características sociodemográficas revelam um impacto direto limitado, mas assumem um papel significativo ao nível indireto, mediado pelo apoio social e pelas perceções académicas dos estudantes. Os resultados sugerem que a satisfação das necessidades psicológicas básicas emerge de um sistema dinâmico e interdependente de processos sociais e académicos, ultrapassando explicações centradas exclusivamente em características individuais. Desta forma, pretende-se contribuir para a compreensão dos mecanismos subjacentes à satisfação destas necessidades no ensino superior, com implicações para o desenvolvimento e bem-estar dos estudantes, bem como para as práticas pedagógicas e políticas institucionais.

Palavras-Chave: Ensino Superior , Estudantes , Necessidades Psicológicas Básicas , Autonomia

CL 317 - JOGOS SÉRIOS NA PROMOÇÃO DA LEITURA: O PAPEL DO PSICÓLOGO NA INOVAÇÃO

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia da Educação

Catarina Silva Marques[1], Eliana Andrade[1], Ana Sucena[1]

[1]Centro de Investigação e Intervenção na Leitura | Escola Superior de Saúde - Instituto Politécnico do Porto

As dificuldades na aquisição da leitura constituem um desafio central no desenvolvimento académico e emocional, exigindo respostas precoces e baseadas em evidência. Neste cenário, a psicologia assume um papel fundamental no desenvolvimento e validação de estratégias de intervenção, devendo o psicólogo atuar como proponente de ferramentas inovadoras, como os jogos sérios. Estes recursos emergem como um complemento promissor à intervenção tradicional, ao permitirem uma prática estruturada com feedback imediato, maior envolvimento e a adaptação ao ritmo de cada utilizador.

O presente estudo teve como objetivo avaliar a usabilidade de um jogo sério desenvolvido para promover competências iniciais de leitura em crianças portuguesas em idade pré-escolar e no 1.º ano de escolaridade, analisando a sua adequação a diferentes perfis. Participaram 25 crianças (5 – 7 anos), com e sem dificuldades de leitura, que interagiram com diferentes minijogos ao longo de três sessões. A avaliação combinou observação comportamental estruturada e indicadores de interação.

Os resultados evidenciaram níveis elevados de usabilidade em todos os jogos e grupos, não se verificando diferenças significativas em função da idade, sexo ou presença de dificuldades de leitura. Estes dados sugerem que a ferramenta apresenta características inclusivas e acessíveis. Verificou-se ainda um efeito significativo da escolaridade parental na usabilidade, com valores mais elevados em

crianças provenientes de contextos com menores níveis de escolaridade, sugerindo que esta ferramenta pode atuar como recurso de equidade educativa.

Os resultados suportam o potencial dos jogos sérios como ferramentas complementares na promoção de competências de leitura, destacando o contributo da psicologia no desenvolvimento e implementação de recursos validados. No contexto educativo, estas ferramentas facilitam a articulação entre psicólogos e professores na intervenção precoce em sala de aula. Simultaneamente, na área clínica, os jogos sérios demonstram elevada aplicabilidade na reabilitação neuropsicológica e na promoção da autoeficácia em crianças com perfis de desenvolvimento atípicos. Em suma, a integração de jogos sérios baseados em evidência na prática psicológica potencia a continuidade entre o plano clínico e o sucesso escolar.

Palavras-Chave: Aprendizagem da leitura , Jogos sérios , Usabilidade , Prática baseada em evidência

CL 331 - IMPACTO DAS VARIÁVEIS PESSOAIS E CONTEXTUAIS NA CONSTRUÇÃO DO SUCESSO ACADÉMICO EM ESTUDANTES DOS PALOP

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia da Educação

Luísa Santos[1], Leandro S. Almeida[1], Susana Caires[1]

[1]Universidade do Minho

No contexto da expansão do Ensino Superior Português, destaca-se a importância do investimento das Instituições de Ensino Superior (IES) em políticas de inclusão e de diferenciação pedagógica visando uma verdadeira igualdade de oportunidades para todos. Estas medidas são fundamentais para promover a permanência e o sucesso académico, sobretudo entre estudantes pertencentes a grupos específicos. O objetivo central do estudo é contribuir para a compreensão dos fatores que influenciam a adaptação e o sucesso académico de estudantes dos Países Africanos de Língua Oficial Portuguesa (PALOP) no ES português. Com esse intuito, foi realizada uma análise retrospetiva do percurso académico de estudantes dos PALOP residentes nas Residências Universitárias (RU) da UMinho com base em dados recolhidos através de grupos focais. A investigação aborda diferentes momentos da trajetória académica destes estudantes, como a tomada decisão de estudar em Portugal, a chegada ao país de acolhimento, os desafios enfrentados, o processo de adaptação cultural, a vivência académica e as expectativas futuras. São, ainda, analisados aspetos relacionados com a escolha do curso e da IES, o grau de envolvimento institucional, a aculturação, os apoios disponíveis e a experiência nas RU, bem como com a perceção de eficácia e de sucesso académico. Os dados sugerem que o sucesso académico é percecionado como um fenómeno multifatorial, resultante da interação entre fatores pessoais e institucionais, sendo os primeiros mais valorizados. Entre os fatores pessoais, destacam-se o comprometimento e o foco, a motivação intrínseca, a autonomia, agência e autodeterminação, as estratégias e mecanismos de coping e o apoio familiar como fatores determinantes, sendo o sucesso associado às estratégias de superação acionadas e consideradas pelos estudantes como essenciais para lidar com dificuldades e manter a persistência ao longo do percurso académico. Os dados

evidenciam, ainda, o reconhecimento da importância dos fatores institucionais, nomeadamente das condições das RU que desempenham um papel essencial na integração e sucesso académico, e do contributo da qualidade relacional com docentes no aumento da motivação, do sentimento de pertença e do desempenho académico. Com base nestes resultados, o estudo apresenta conclusões e sugestões de intervenção com vista à promoção do sucesso académico em estudantes dos PALOP no ES português

Palavras-Chave: Ensino Superior, sucesso académico, adaptação académica, estudantes dos PALOP

CL 118 - VIOLÊNCIA SEXUAL ONLINE: VITIMIZAÇÃO, MECANISMOS EMOCIONAIS E FATORES ASSOCIADOS AO SOFRIMENTO PSICOLÓGICO

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia da Justiça

Filipa Romeiras[1], Telma C. Almeida[1], Luís Querido[1], Jorge Cardoso[1]

[1]Egas Moniz Center for Interdisciplinary Research (CiiEM); Egas Moniz School of Health & Science, Caparica, Almada, Portugal

A violência sexual *online* (VSO) constitui um fenómeno transversal na sociedade contemporânea, marcada pela era digital e pela crescente integração dos contextos *online* na vida quotidiana. Esta realidade está associada a consequências psicológicas relevantes, permanecendo, no entanto, pouco claro de que forma a sujeição a estas condutas de natureza abusiva contribui para o comprometimento da organização interna da vítima. O presente estudo teve como objetivo analisar a vitimização por VSO, integrando perfis de exposição, mecanismos emocionais e fatores associados à experiência, subjacentes ao nível do sofrimento psicológico reportado. A amostra foi constituída por 341 adultos portugueses, que responderam a um questionário sociodemográfico e instrumentos de autorresposta, nomeadamente: Escala de Violência Sexual Facilitada pela Tecnologia, Escala de Avaliação de *Cyberstalking*, Escala de Sofrimento Psicológico, Escala de Dificuldades de Regulação Emocional versão curta e Escala de Vergonha. Foram realizadas análises estatísticas no sentido de serem identificadas correlações entre variáveis, diferenças entre grupos, identificação de preditores e mediadores da VSO. Os resultados evidenciaram uma elevada prevalência de VSO (66%), associada a idades mais jovens, mais tempo de permanência *online*, atitudes perante a sexualidade tendencialmente liberais, orientação não heterossexual e níveis mais elevados de sofrimento psicológico, de dificuldades de regulação emocional e de vergonha. A análise de clusters identificou três perfis de vitimização (baixa, moderada e severa) diferenciados pelos tipos de

VSO e pelo impacto percebido, sendo a vergonha o principal fator distintivo entre os grupos. A comparação entre vítimas e não vítimas permitiu identificar um perfil probabilístico das vítimas de VSO, caracterizado por maior sofrimento psicológico e maior exposição a comportamentos de perseguição online. As regressões hierárquicas evidenciaram o *cyberstalking*, na dimensão de ameaça, como o preditor mais robusto da vitimização, sendo a vergonha externa um contributo independente. Os modelos de mediação indicaram que o efeito da VSO no sofrimento psicológico é predominantemente indireto, sendo mediado pela vergonha externa e pelas dificuldades de regulação emocional. Estes resultados sustentam a necessidade de uma abordagem integrada que articule prevenção e intervenção ajustadas à natureza multifatorial da vitimização e à complexidade dos processos psicológicos envolvidos.

CL 143 - TRAUMA-RELATED SYMPTOMS IN CHILDREN AND ADOLESCENTS EXPOSED TO DOMESTIC VIOLENCE: THE ROLE OF CUMULATIVE ADVERSITY AND CAREGIVER SYMPTOMS

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia da Justiça

Virgínia Alves[1], Mariana Gonçalves[2]

[1]Universidade do Minho, [2]Escola de Psicologia da Universidade do Minho

Domestic violence (DV) rarely occurs in isolation and is often embedded in broader patterns of adversity. Children and adolescents exposed to DV are frequently exposed to multiple potentially traumatic experiences (PTEs), and cumulative adversity has been consistently linked to greater trauma-related symptomatology. Evidence also suggests that caregivers' trauma-related symptoms may shape children's and adolescents' psychological adjustment. Focusing on dyadic associations, this study examined whether caregivers' trauma-related symptoms were associated with children's/adolescents' trauma-related symptoms beyond cumulative PTE exposure in the context of DV.
The sample comprised 56 child/adolescent-caregiver dyads recruited through DV support services in Portugal. Hierarchical regression models were used to examine whether caregivers' posttraumatic stress disorder (PTSD) and disturbances in self-organization (DSO) symptoms were associated with children's/adolescents' PTSD, DSO, and complex posttraumatic stress disorder (cPTSD) symptoms, over and above cumulative PTE exposure reported by children/adolescents. Generalized estimating equations (GEE) were conducted as sensitivity analyses to account for clustering of children/adolescents within caregivers.
In the primary OLS models, cumulative PTE exposure was significantly associated with children's/adolescents' PTSD (β = .394, p = .007), DSO (β = .382, p = .012), and

cPTSD (β = .446, *p* = .003). Caregivers' PTSD symptoms were uniquely associated with children's/adolescents' PTSD (β = .407, *p* = .015), whereas caregivers' DSO symptoms were uniquely associated with children's/adolescents' DSO (β = .360, *p* = .047). For children's/adolescents' cPTSD, cumulative PTE exposure remained the only significant predictor in the final OLS model. Sensitivity analyses showed that PTSD findings were more robust across analytic approaches, whereas DSO and cPTSD results were more sensitive to clustering at the caregiver level.
Overall, cumulative adversity was consistently associated with trauma-related symptoms among children and adolescents exposed to DV, while caregiver trauma-related symptoms may contribute more selectively, particularly to PTSD-related outcomes. These findings support the need for ecological, trauma-informed, and developmentally sensitive assessment and intervention approaches that address cumulative adversity, integrate multiple informants, and include support for caregivers' own trauma-related distress.

Palavras-Chave: domestic violence , cumulative adversity , caregiver-child dyads , trauma-related symptoms

Resumo Completo (Ficheiro)

CL 65 - QUANDO CUIDAR DÓI: VIOLÊNCIA NAS ULS E O PAPEL DA PSICOLOGIA NA PREVENÇÃO E INTERVENÇÃO

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia da Saúde Ocupacional

Sónia Alexandra Pinote Bernardes[1], Elsa Mourato Antunes[1]

[1]ULSSJOSÉ

Os riscos ocupacionais avaliados em saúde ocupacional, em particular os riscos psicossociais como a perceção de elevados ritmos de trabalho, dificuldades na elaboração e eficácia das escalas, a escassez de recursos versus processos burocráticos, dificuldade das lideranças em gerir as pessoas nas equipas, têm consequências como a fadiga e a desmotivação dos profissionais que agravam a conflitualidade e podem gerar situações de violência no local de trabalho.

A violência constitui um fator de risco psicossocial cada vez mais significativo para a saúde psicológica dos profissionais de saúde, com vários tipos de impacto que ultrapassam o plano individual. Reflete consequências para os serviços e instituição como o aumento de ausências laborais, na diminuição da satisfação, do empenho e do desempenho profissional e, consequentemente, na qualidade dos cuidados prestados.

A compreensão deste fenómeno com recurso a indicadores revela-se essencial para o desenvolvimento de estratégias eficazes de prevenção e intervenção.

Neste contexto, a integração do psicólogo da saúde ocupacional é fundamental na implementação de medidas promotoras de ambientes de trabalho seguros e psicologicamente saudáveis, assentes numa

abordagem preventiva e multidisciplinar que envolva profissionais, equipas e instituições de saúde, fortalecendo a segurança, o bem-estar psicológico e a sustentabilidade organizacional.

A presente comunicação tem como objetivo partilhar a experiência de trabalho desenvolvida na última década no âmbito da prevenção da violência no setor da saúde, destacando alguns indicadores, como a analise de 396 relatos de incidente em 2025. Dados que contribuem para a afirmação da Psicologia clinica na promoção da saúde e segurança psicológica, na deteção precoce de situações de risco, no apoio aos profissionais expostos, apoio à 2ª vitima a eventos potencialmente traumáticos e na articulação interinstitucional.

Pretende-se, desta forma, contribuir para a reflexão, discussão e partilha de boas práticas, alinhadas com os princípios da Psicologia clínica, Psicologia da Saúde e da Psicologia da Saúde Ocupacional, reforçando o papel dos/as psicólogos/as na construção de contextos profissionais mais seguros, saudáveis e humanizados.

Palavras-Chave: FRPSS, psicologia clinica e da saúde ocupacional, prevenção da violência

Resumo Completo (Ficheiro)

CL 110 - VARIÁVEIS PSICOLÓGICAS E OCUPACIONAIS NA AVALIAÇÃO PSICOLÓGICA NAS FORÇAS DE SEGURANÇA: REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia da Saúde Ocupacional

Liliana Pilha[1], Samuel Monteiro[1]

[1]Universidade da Beira Interior

As profissões de risco, como as forças de segurança, caracterizam-se por elevadas exigências ocupacionais, incluindo risco físico, imprevisibilidade operacional, sobrecarga emocional e pressão organizacional, fatores consistentemente associados a maior vulnerabilidade ao desenvolvimento de perturbações psicológicas e comprometimento da saúde ocupacional (Anders et al., 2024; Queirós et al., 2020).

A comunicação proposta integra uma investigação mais ampla que visa identificar e analisar os principais indicadores de saúde psicológica e ocupacional nesta população, bem como os instrumentos de avaliação psicológica previamente validados cientificamente, utilizados previamente. A pertinência do estudo surge da lacuna na identificação de indicadores de saúde e sistematização dos instrumentos de avaliação psicológica.

Foi desenvolvida uma revisão sistemática da literatura de acordo com as diretrizes PRISMA (Page et al., 2021), com pesquisas nas bases de dados Web of Science e Scopus, abrangendo publicações entre 2015 e 2025, nos idiomas inglês, português e espanhol. Os critérios de elegibilidade foram definidos segundo a estratégia PICo, considerando a população (forças de segurança), o fenómeno de interesse (instrumentos e variáveis psicológicas) e o contexto da saúde psicológica e ocupacional. A qualidade metodológica e o risco de viés foram considerados na análise dos estudos incluídos.

A comunicação visa apresentar os procedimentos metodológicos da RSL, com 111 estudos identificados, onde 42 cumpriram os critérios de elegibilidade. Os resultados gerais evidenciam uma predominância de estudos quantitativos, com diversidade geográfica e amostral, e observam-se associações entre exposição a stressores ocupacionais — e.g. eventos traumáticos, carga de trabalho excessiva e baixo apoio organizacional — e piores indicadores de saúde psicológica, incluindo stress, burnout, ansiedade, depressão e stress pós-traumático. Paralelamente, variáveis como apoio social, equilíbrio vida pessoal-laboral e comprometimento organizacional, emergem como fatores protetores relevantes. Destaca-se ainda a utilização de instrumentos como PC-PTSD-5, PCL-5, PHQ-9, DASS, MBI e GHQ.

Apresentar-se-ão os resultados preliminares e exploratórios, categorizados por tipologia, país, amostra e instrumento, evidenciando associações entre caracterizar-se-ão variáveis e instrumentos de medida com potencial de uso em Psicologia Clínica e da Saúde.

CL 346 - COMO GERIR SINTOMAS VASOMOTORES NO TRABALHO? UMA ANÁLISE PRELIMINAR

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia da Saúde Ocupacional

Ana Rita Nunes[1], Mariana de Abreu[2], Mafalda Leitão[3], Myra S Hunter[4], Filipa Pimenta[1]

[1]WJCR – William James Center for Research; Ispa – Instituto Universitário, [2]Ispa – Instituto Universitário, [3]Health Sciences Faculty, Universidade Europeia, [4]Institute of Psychiatry, Psychology and Neuroscience, King's College London

Introdução: A menopausa natural ocorre, geralmente, entre os 45 e os 65 anos. É definida como a última menstruação, assinalando a transição entre a fase reprodutora e a fase não reprodutora. Segundo a literatura, durante este processo, é comum a emergência de sintomas físicos (como os sintomas vasomotores: afrontamentos e suores noturnos) e psicológicos (como a intensificação de sentimentos de vergonha e lapsos de memória). O estado da arte estima que, em 25% das mulheres, os sintomas de menopausa afetam a vida pessoal (por exemplo: perturbações no sono) e profissional (por exemplo: diminuição da produtividade). Os sintomas vasomotores (SVM) são os mais frequentes e, no local de trabalho, potenciam o aumento dos níveis de *distress* e o sentimento de estigma. Contudo, escasseia literatura que caracterize as necessidades e estratégias de *coping* de mulheres com SVM no contexto laboral português. Assim, o presente trabalho explorou as estratégias de gestão de SVM em mulheres profissionalmente ativas na peri/pós-menopausa. **Método:** Foram recrutadas 33 mulheres com idades entre os 45 e os 65 anos (*M* = 52,39; *DP*=4,90), profissionalmente ativas e residentes há mais de 10 anos em Portugal. As participantes distribuíram-se por 10 *focus groups*, no qual foi conduzida uma entrevista semi-estruturada, onde foram exploradas as estratégias utilizadas para a gestão de SVM no local de trabalho. Para analisar os dados obtidos foi utilizado o software MAXQDA (v. 26.1.0) e empregue a Análise Qualitativa de Conteúdo Dirigida, com categorias estabelecidas à priori, realizada por dois investigadores de forma dependente. **Resultados:** Das categorias estabelecidas – Estratégias SVM trabalho ("Ventoinha, Leque e Utilização de várias camadas de roupa") e Iniciativas Laborais ("*Workshop*, Flexibilidade de horário e Teletrabalho) – emergiu mais uma categoria: Estratégias de SVM fora do local de trabalho ("Atividade física, Adaptação da rotina de sono e Ingestão de água). **Discussão:** Os resultados obtidos evidenciam que a gestão de SVM no local de trabalho, é indissociável do contexto pessoal das mulheres em peri/pós-menopausa. Pelo que é necessário criar locais de trabalho *menopause-friendly*, de forma a promover a literacia em saúde feminina, o bem-estar e o *Work-life Balance*, bem como, a adesão a estratégias de *coping* facilitadoras da gestão de SVM.

Palavras-Chave: Menopausa , Sintomas Vasomotores , Estratégias de coping , Local de trabalho

CL 32 - OUT NO DESPORTO OU FORA DO DESPORTO: BEM-ESTAR DE PESSOAS LGBTQI+ NO DESPORTO EM PORTUGAL

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia do Desporto

Maria Simões de Abreu[1], Carla Moleiro[1], Raquel António[1]

[1]Iscte - Instituto Universitário de Lisboa; CIS_Iscte

A participação desportiva está associada a benefícios físicos, psicológicos e sociais, contribuindo para a redução do stress crónico e outros riscos de saúde. Contudo, as pessoas atletas LGBTQI+ nem sempre têm um acesso consistente a estes benefícios devido à persistente discriminação e exclusão social nos contextos desportivos. O presente estudo teve como objetivo explorar as experiências de pessoas LGBTQI+ no desporto em Portugal, com foco nos fatores protetores e boas práticas, assim como na discriminação, fatores de risco e desafios associados à gestão da identidade LGBTQI+.
Foram realizadas entrevistas semiestruturadas com trinta e seis atletas (M_{idade}=28,83; DP=5,48), representando diversas orientações sexuais (13 mulheres lésbicas, 6 homens gays, 6 pessoas bissexuais, 6 pessoas queer, 2 pessoas pansexuais e 3 homens trans heterossexuais) e identidades de género (19 mulheres cisgénero, 10 homens cisgénero, 4 pessoas não-binárias e 3 homens trans). As pessoas participantes representaram 28 modalidades desportivas distintas.
As entrevistas foram analisadas através de análise temática. Todas as pessoas participantes relataram experiências (vivenciadas ou observadas) de discriminação contra pessoas LGBTQI+ no desporto, tendo a expressão identitária e os estereótipos emergido como fatores centrais na configuração do tipo e da intensidade da discriminação. Foram descritas práticas negativas, particularmente no que diz respeito a comportamentos não inclusivos por parte de lideranças, culturas organizacionais discriminatórias, ausência de formação e presença de pessoas não aliadas, a par da normalização do discurso de ódio. Foram igualmente identificadas práticas positivas, destacando-se a importância do apoio por parte de pessoas aliadas e da visibilidade de atletas LGBTQI+. As pessoas participantes sublinharam ainda a necessidade de políticas antidiscriminatórias mais robustas no desporto e de um envolvimento mais proativo por parte das estruturas governamentais.
De forma global, os resultados indicam que, embora algumas pessoas atletas LGBTQI+ consigam encontrar espaços seguros, a maioria não experiencia o desporto como um contexto seguro ou inclusivo.

Palavras-Chave: Desporto , LGBTQI+ , Atletas

Resumo Completo (Ficheiro)

CL 71 - PODE A NOVA GERAÇÃO MUDAR O MUNDO? MECANISMOS PSICOSSOCIAIS DOS COMPORTAMENTOS PRÓ-AMBIENTAIS EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Raquel Barreto[1], Fátima Bernardo[2]

[1]Intituto Superior Técnico- CITUA, [2]Universidade de Évora, IST-CITUA

A promoção de comportamentos pró-ambientais é central para a sustentabilidade, sendo amplamente documentado o desfasamento entre atitudes e comportamento. Estes comportamentos são influenciados por fatores psicossociais e sociodemográficos, enquadrados por modelos como a Value–Belief–Norm Theory, o Norm Activation Model e a Theory of Planned Behavior, que explicam o comportamento através da interação entre valores, atitudes, normas sociais e pessoais e perceção de controlo (autoeficácia). No contexto educativo, a escola assume um papel relevante na promoção destes comportamentos, nomeadamente através de programas como o Eco-Escolas, cuja avaliação tem-se centrado sobretudo na aquisição de conhecimento, com impacto limitado na mudança comportamental. São escassos os estudos que analisam simultaneamente diferentes faixas etárias de crianças e adolescentes, avaliando se os fatores psicossociais associados ao comportamento pró-ambiental se estruturam de forma distinta entre grupos, apesar de evidência que aponta para a existência de um *adolescent dip* e para possíveis variações em função do tipo de escola e do sexo. O presente estudo analisa os determinantes psicossociais do comportamento pró-ambiental em alunos do 6.º, 9.º e 12.º anos (N = 2440), considerando valores, atitudes ambientais, normas sociais, normas pessoais, autoeficácia e perceção de risco, bem como o contexto escolar e o sexo. A análise foi conduzida através de modelos de equações estruturais e testes de invariância multi-grupo. Os resultados evidenciam bons índices de ajustamento global, mas ausência de invariância entre os três níveis de escolaridade, indicando que a estrutura do modelo não é equivalente entre grupos. Face a estes resultados, foram estimados modelos independentes para cada nível de escolaridade. Os resultados mostram que os mecanismos psicossociais associados ao comportamento pró-ambiental diferem entre os grupos analisados, com padrões distintos de relação entre variáveis, bem como variações em função do tipo de escola e do sexo. Estes resultados evidenciam que os modelos explicativos não são diretamente comparáveis entre níveis de escolaridade, destacando a necessidade de abordagens ajustadas às especificidades de cada grupo.

Palavras-Chave: Comportamento pró-ambiental , Fatores psicossociais , Eco-escolas , Crianças e adolescentes

Resumo Completo (Ficheiro)

CL 98 - DA AVALIAÇÃO À DECISÃO: INFRAESTRUTURA DE GOVERNAÇÃO PARA A GESTÃO DO CAPITAL HUMANO NO SNS – O PROJETO ULS SER+

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Teresa Espassandim[1], Alexandre Lourenço[2]

[1]Unidade Local de Saúde de Coimbra, E.P.E., [2]Escola Nacional de Saúde Pública da Universidade Nova de Lisboa

Os riscos psicossociais (RPS) constituem um dos principais determinantes estruturais — ainda largamente invisíveis — do desempenho dos sistemas de saúde, com impacto na segurança dos profissionais, na qualidade dos cuidados e na sustentabilidade organizacional. Apesar da evidência acumulada, os RPS permanecem insuficientemente integrados nos sistemas de governação e nos processos de decisão no Serviço Nacional de Saúde (SNS).

Este desalinhamento revela uma limitação crítica: a dificuldade em incorporar evidência sobre as condições psicossociais de trabalho na gestão de um dos principais determinantes de valor em saúde — o capital humano. Embora existam orientações técnicas para a avaliação e gestão dos RPS, a sua operacionalização tende a ser fragmentada e dissociada dos instrumentos de planeamento e gestão.



O projeto ULS SER+ Avaliação dos Riscos Psicossociais da Unidade Local de Saúde de Coimbra foi desenvolvido como resposta a esta lacuna, propondo a transição de um modelo centrado na avaliação para uma infraestrutura de governação. Através de uma abordagem metodológica mista, de larga escala e abrangência organizacional, integrou dados quantitativos e qualitativos, permitindo não apenas caracterizar o risco, mas produzir inteligência organizacional orientada à decisão.

Os resultados evidenciam variabilidade significativa na exposição a fatores de risco psicossocial entre unidades e grupos profissionais, identificando padrões críticos associados a exigências de trabalho elevadas, dinâmicas de liderança e níveis de suporte organizacional, com implicações na segurança psicológica das equipas. Mais do que um exercício diagnóstico, o ULS SER+ operacionalizou um sistema de evidência acionável, traduzido em dashboards, definição de prioridades e alinhamento com eixos estratégicos institucionais.

Este trabalho sustenta que a não integração dos RPS nos sistemas de governação constitui um risco sistémico para o SNS. A incorporação de dados psicossociais na arquitetura da decisão organizacional emerge como condição necessária para evoluir de modelos reativos para modelos mais preditivos, sustentáveis e promotores de bem-estar no trabalho.

Conclui-se que a construção de infraestruturas de governação baseadas em dados psicossociais representa uma oportunidade crítica de transformação do SNS, reforçando a centralidade do capital humano e reposicionando a Psicologia como função estruturante na governação das organizações de saúde.

Palavras-Chave: Riscos Psicossociais , Governação , Capital Humano , SNS

CL 129 - DO RÓTULO À APARÊNCIA: COMO ESTEREÓTIPOS E REPRESENTAÇÕES VISUAIS MOLDAM O ESTIGMA DA DOENÇA MENTAL

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Diogo Carvalho da Silva[1], Gonçalo Aires de Oliveira[1], Teresa Garcia-Marques[1]

[1]WJCR - ISPA - Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida

A investigação sobre o estigma da doença mental (DM) evidencia como a atribuição de um rótulo diagnóstico influencia (de forma *top-down*) a forma como os pacientes são percebidos, promovendo inferências negativas sobre traços de personalidade e impressões sociais. Porém, a interação real com esses pacientes conta com outras informações que não apenas o rótulo. Sendo a primeira delas obtida pela aparência facial do indivíduo (um processo *bottom-up*).

Esta comunicação apresenta uma linha de investigação que explora como processos *top-down* (rótulos e estereótipos) e *bottom-up* (características faciais) atuam em conjunto na perceção da DM e seus impactos em processos subsequentes de julgamento.

Numa primeira fase, demonstramos como os efeitos do rótulo são condicionados pelas características faciais do paciente. Em três estudos experimentais, mostramos que os efeitos de rótulos como “doença mental”, “depressão” e “esquizofrenia” sobre inferências de simpatia, competência, confiança e dominância, a partir de faces reais neutras, dependem do grau em que o rótulo é percebido como compatível com a face observada. Em geral, os efeitos estereotípicos emergem sobretudo quando a

aparência facial é percecionada como compatível com o rótulo, sugerindo que a influência dos estereótipos não é uniforme, mas condicionada pela informação visual do alvo.

Numa segunda fase, procurou-se aceder às características da face que podem promover esses condicionamentos. Para o efeito, recorreu-se ao método *Brief Reverse Correlation* para externalizar imagens mentais e gerar representações visuais consensuais de DM, depressão, esquizofrenia e saúde mental, posteriormente avaliadas por observadores independentes em várias dimensões sociais. Os dados sugerem que, mesmo na ausência de rótulos, estas representações faciais suscitam inferências consistentes com o conteúdo estigmatizante associado a estas categorias, incluindo menor simpatia, menor competência, menor confiança, maior ameaça e uma maior desumanização, sobretudo no caso da esquizofrenia.

Em conjunto, os resultados sugerem que o estigma da DM não depende apenas dos rótulos diagnósticos, mas também de representações visuais partilhadas que podem reforçar primeiras impressões negativas. Estes resultados têm implicações para os modelos de formação de impressões e para estratégias de redução do estigma em contextos sociais, educativos e clínicos.

Palavras-Chave: estigma , doença mental , perceção facial , reverse correlation

CL 248 - ATITUDES IMPLÍCITAS FACE AO ENDIVIDAMENTO EM DIFERENTES CONTEXTOS DE CONSUMO

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Fernanda Maria Costa de Jesus[1]

[1]Universidade de Coimbra - Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

A utilização do crédito para o financiamento dos consumos das famílias expandiu-se em Portugal a partir de meados da década de 90 do século passado e no último *Inquérito à Situação Financeira das Famílias* estima-se que em 2020 existiam no nosso país 46,6% de famílias com algum tipo de dívida. O recurso ao crédito traz consigo o risco de sobreendividamento, ou seja, a ocorrência duradoura de situações em que um consumidor se vê impossibilitado de pagar as suas dívidas. As graves consequências pessoais, sociais e económicas que tais situações acarretam motivam uma análise à formação de julgamentos sobre o endividamento e aos contextos de decisão de utilização do crédito.

Ancorado no corpo teórico e empírico da Psicologia Social, que propõe a existência de tendências psicológicas que se expressam em avaliações de favorabilidade/desfavorabilidade de objetos sociais – atitudes – e reconhece o seu papel na explicação e previsão do comportamento humano, este trabalho mede de forma implícita as atitudes face ao endividamento para a aquisição de diferentes bens ou serviços: automóvel, cirurgia, férias, computador ou eletrodomésticos.

Numa situação de avaliação da aquisição de um determinado bem ou serviço a crédito, o sujeito construirá uma resposta atitudinal que integre elementos avaliativos desse bem ou serviço e elementos avaliativos do endividamento, podendo a saliência relativa de cada um desses elementos ser induzida por pistas ambientais do cenário de avaliação. Assumindo a multiplicidade dos componentes atitudinais, neste trabalho avalia-se, para cada objeto de compra, a atitude formada pela a saliência do crédito e a atitude formada pela saliência do objeto adquirido a crédito, com recurso a duas Tarefas de Associação Ir/Não-Ir [GNAT].

Os resultados revelam que os consumidores avaliam o endividamento como bom ou como mau consoante pensem no bem que este permite adquirir ou consoante pensem no crédito que terão de pagar, respetivamente. Mostram também que a atitude negativa face ao endividamento é superior para a aquisição de férias e cirurgia (bens intangíveis) e inferior para computador, eletrodomésticos e automóvel (bens tangíveis) e não se encontra associada à avaliação dos próprios bens ou serviços. A análise destes resultados sugere pistas para a regulação dos conteúdos publicitários e para a criação de matérias trabalhadas nos programas de educação financeira.

Palavras-Chave: Atitudes face ao endividamento , Crédito , Consumo , Educação financeira

Resumo Completo (Ficheiro)

CL 280 - WOD: UMA FERRAMENTA DE AVALIAÇÃO DE RISCOS PSICOSSOCIAIS E O SEU IMPACTO NA CONSTRUÇÃO DE PLANOS DE AÇÃO EM SAÚDE MENTAL EM CONTEXTO ORGANIZACIONAL

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Mariana Pinto Ferreira[1], Manuel Sommer[1], Marta Pereira[1]

[1]Pulso Europe Portugal

A avaliação de riscos psicossociais constitui um elemento central na conceção de planos de prevenção e intervenção em contexto laboral, orientados para a promoção da saúde psicológica e desenvolvimento de culturas organizacionais inclusivas e sustentáveis.

A ferramenta WOD – Well-being Organizational Dynamics, desenvolvida pela Pulso Group em colaboração com a Universidade KU de Leuven na Bélgica e implementada em Portugal pela Pulso Europe Portugal, assenta numa abordagem teórica integrada da saúde psicológica no trabalho, sustentada em modelos científicos de bem-estar ocupacional e de gestão de riscos psicossociais, nomeadamente no modelo de exigências-recursos (Bakker & Demerouti, 2014, Shcaufeli, 2017). Adota uma perspetiva sistémica e multinível, contemplando fatores de risco e proteção ao nível do indivíduo, função, equipa, liderança e organização.

A WOD considera 8 dimensões na avaliação: envolvimento no trabalho, satisfação no trabalho, envolvimento organizacional, lealdade, stress, comportamentos indesejáveis, risco de burnout e absentismo, bem como o Net Promoter Score organizacional. Estas são analisadas globalmente e desagregadas segundo variáveis sociodemográficas, permitindo uma leitura comparativa com benchmarks internos e externos. A comparação com o benchmark externo é estatisticamente representativa uma vez que esta ferramenta é aplicada em vários países, nomeadamente, no contexto europeu, e com análise transversal a diferentes setores de atividade, proporcionando uma perspetiva contextualizada para cada organização.

Por sua vez, a análise comparativa com o benchmark interno revela-se particularmente relevante para a definição de planos de ação ajustados às necessidades específicas de diferentes grupos, promovendo intervenções mais dirigidas.

Com base na análise de 16 organizações envolvendo 4284 colaboradores de diferentes setores e dimensões em Portugal, verificou-se que a aplicação da WOD contribuiu para a implementação de medidas de promoção da saúde psicológica, incluindo a capacitação de líderes em escuta ativa e liderança empática, programas de apoio ao colaborador, acesso a apoio psicológico, formação em comunicação empática e criação de grupos de apoio no âmbito da saúde mental.

Estes resultados reforçam o papel da avaliação de riscos psicossociais enquanto ferramenta estratégica para a tomada de decisão organizacional e para a implementação de intervenções baseadas em evidência na promoção da saúde psicológica no trabalho.

CL 344 - A CRISE DA HABITAÇÃO EM PORTUGAL: CONTRIBUTOS DA PSICOLOGIA SOCIAL E POLÍTICA PARA A SUA COMPREENSÃO E RESOLUÇÃO

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Raquel Ribeiro[1]

[1]Centro de Estudos Sociais

As dificuldades no acesso à habitação em Portugal intensificaram-se ao longo da última década, comprometendo o direito a uma habitação adequada e a outros direitos humanos fundamentais como a saúde, o trabalho e a educação. A crise habitacional portuguesa decorre em grande medida do crescente uso da habitação como ativo para investimento financeiro, uma tendência que se verifica a nível internacional.

Com o objetivo de estudar a relação entre a financeirização da habitação e o acesso à habitação, focando-se na análise das representações sociais e das práticas associadas à habitação, e nos impactos psicossociais das desigualdades habitacionais, foi desenvolvido o projeto HOU$ING – “Financeirização da habitação no Portugal do século XXI: Representações sociais, práticas e implicações políticas”, financiado pela Fundação para a Ciência e a Tecnologia.

Nesta comunicação são apresentados os principais resultados do projeto, desenvolvido segundo uma abordagem interdisciplinar e de métodos mistos, que envolveu a análise da literatura científica, de documentos e comunicação em redes sociais, bem como a análise de dados empíricos recolhidos através de questionários de âmbito nacional, entrevistas e grupos de discussão focalizada.

Os resultados, publicados em revistas científicas nacionais e internacionais, são discutidos salientando os desafios e contributos da psicologia social e política para a compreensão e resolução da crise habitacional.

Palavras-Chave: Habitação, Representações sociais, Impactos psicossociais, Métodos mistos

CL 109 - INTERVENÇÃO DE CARREIRA ONLINE DIRIGIDA A ESTUDANTES QUE SE PREPARAM PARA UMA TRANSIÇÃO: REVISÃO ESCOPO

Tipo: Comunicação Livre



Tema: Psicologia Vocacional e do Desenvolvimento da Carreira

Filipa Bértolo[1], Suzi Rodrigues[1], Vítor Gamboa[1], Beatriz Marcelo[1], Olímpio Paixão[1], Iúri Silvestre[1]

[1]Universidade do Algarve

O presente estudo de revisão tem como objetivo caracterizar as intervenções de carreira online dirigidas a estudantes que se prepararam para uma transição. Esta revisão segue as diretrizes do PRISMA-ScR e teve em conta 13 palavras-chave, 4 bases de dados (*Psychology and Behavioral Sciences Collection*, *PsycINFO*, *SCOPUS* e *Web of Science*) e 5 critérios de elegibilidade. A seleção dos estudos consistiu na triagem dos títulos e e dos resumos, seguida de uma leitura integral, sendo incluídos apenas os que cumpriam integralmente os critérios de elegibilidade. Após a análise de 44 artigos, foram selecionados 9. Os resultados sugerem que a maioria das intervenções adotam como referencial a Teoria da Construção de Carreira, sendo que os estudantes universitários emergem como os principais destinatários. Destaca-se ainda, a modalidade de aconselhamento de carreira em grupo e a presença de diversos recursos digitais em todas as intervenções. No que se refere ao seu impacto, as intervenções de carreira online são eficazes, sendo que os ganhos mais expressivos situam-se em variáveis como a adaptabilidade de carreira e a autoeficácia na tomada de decisão de carreira. Por fim são apresentadas as principais limitações do estudo, bem como recomendações para futura investigação e implicações para a prática profissional.

CL 276 - PUTTING THE “MOTION” INTO EMOTION: HOW SOCIOEMOTIONAL COMPETENCIES SHAPE SATISFACTION WITH THE COURSE THROUGH ADAPTABILITY IN HIGH SCHOOL STUDENTS

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia Vocacional e do Desenvolvimento da Carreira

Beatriz Marcelo[1], Vítor Alexandre Coelho[2], Suzi Rodrigues[1], Olímpio Paixão[1], Filipa Bértolo[1], Iúri Silvestre[1], Vítor Gamboa[1]

[1]Universidade do Algarve, [2]Universidade Lusíada

Socioemotional competencies (SEC) have been increasingly recognized as key resources in career development, particularly during critical transition periods. However, the mechanisms through which SEC relate to career-related outcomes remain underexplored. This study aimed to examine the role of career adaptability and career exploration as mediators in the relationship between SEC and satisfaction with the academic path.

A sample of high school students (N = 478) completed measures regarding SEC, career adaptability, career exploration, and satisfaction with the high school course. Preliminary regression analyses indicated that SEC significantly predicted career adaptability (β = .61, p < .001, R^2 = .37), which in turn predicted both self-exploration (β = .25, p < .001, R^2 = .06) and environmental exploration (β = .20, p < .001, R^2 = .04). However, exploration variables did not significantly predict academic satisfaction when considered alongside other variables. In contrast, SEC showed a significant total effect on satisfaction (B = .75, SE = .10, p < .001), although this effect was reduced to marginal significance when mediators were included (B = .23, SE = .11, p = .050).

A serial mediation analysis revealed a significant total indirect effect of SEC on satisfaction (B = .52, BootSE = .09, 95% CI [.36, .70]). Specifically, the indirect effect through career adaptability was significant

(B = .50, BootSE = .09, 95% CI [.34, .68]), whereas the indirect effects through career exploration alone (B = .01, 95% CI [-.01, .05]) and through the sequential pathway of adaptability and exploration (B = .01, 95% CI [-.01, .04]) were not significant.

These findings highlight SEC as foundational resources in career development, operating through career adaptability to influence satisfaction. This suggests that SEC may play a central role in shaping career-related outcomes during the school-to-university/work transition, particularly by fostering adaptive resources. Implications for theory and intervention are discussed.

Palavras-Chave: Socioemotional Competences , Career adaptability , Career exploration , High school students

CL 299 - INTERVENÇÃO A DISTÂNCIA COM ESTUDANTES-TRABALHADORES: AVALIAÇÃO DO PROCESSO E RELAÇÃO COM RESULTADOS

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia Vocacional e do Desenvolvimento da Carreira

Célia Sampaio[1], Maria do Céu Taveira[1], Ana Daniela Silva[2]

[1]Escola de Psicologia da Universidade do Minho, [2]Universidade Católica Portuguesa

· As intervenções psicológicas a distância têm assumido crescente relevância, destacando-se a importância da análise do processo para compreender o seu impacto nos participantes. Este estudo teve como objetivo avaliar o processo de uma intervenção de carreira a distância dirigida a estudantes-trabalhadores, através de uma abordagem metodológica mista. Participaram 47 estudantes-trabalhadores, que elaboraram portefólios reflexivos ao longo de uma intervenção. A amostra era maioritariamente feminina (88.9%), com idades entre os 19 e os 62 anos (*M* = 36.5; *DP* = 11.60). Foram recolhidos dados sociodemográficos e aplicadas medidas de recursos de carreira em pré e pós-intervenção. Os portefólios foram analisados qualitativamente através de análise de conteúdo e quantitativamente com base em critérios previamente definidos. As pontuações atribuídas foram comparadas com o Índice de Mudança Confiável (RCI) e com os z-scores das dimensões dos recursos de carreira. Os resultados evidenciaram mudanças estatisticamente significativas em dimensões como clareza de carreira, conhecimento do mercado de trabalho, competências transversais e confiança na carreira. Contudo, observaram-se também diminuições significativas em alguns participantes, nomeadamente ao nível do suporte social, exploração de carreira, clareza e networking. As correlações de Kendall tau-b indicaram associações positivas significativas entre a pontuação global dos portefólios e várias dimensões dos recursos de carreira, bem como associações negativas em dimensões específicas. Os portefólios revelaram diferentes níveis de envolvimento e profundidade reflexiva, observando-se uma correspondência parcial entre a qualidade reflexiva e a mudança medida. Estes resultados reforçam a utilidade dos portefólios reflexivos como ferramenta de avaliação do processo em intervenções a distância e sublinham a relevância de abordagens metodológicas mistas na compreensão do impacto destas intervenções em contextos complexos, como o dos estudantes-trabalhadores.

Palavras-Chave: Intervenção a distância , Estudantes-trabalhadores , Avaliação do processo , Recursos de carreira

Resumo Completo (Ficheiro)



CL 329 - FOLLOW-UP EM INTERVENÇÕES DE CARREIRA: REVISÃO SISTEMÁTICA DE METODOLOGIAS, CRITÉRIOS E RESULTADOS

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia Vocacional e do Desenvolvimento da Carreira

Ana Daniela Silva[1], Célia Sampaio[2], Catarina Luzia de Carvalho[2], Maria do Céu Taveira[3]

[1]Universidade Católica Portuguesa - Braga, [2]Associação Portuguesa para o Desenvolvimento da Carreira, [3]Escola de Psicologia da Universidade do Minho

As intervenções de carreira são amplamente utilizadas para apoiar o desenvolvimento de carreira ao longo da vida; contudo, a sua eficácia a longo prazo permanece pouco clara devido à variabilidade nas práticas de avaliação de seguimento. Esta revisão sistemática teve como objetivo sintetizar as metodologias, os critérios e os resultados utilizados nas avaliações de follow-up em intervenções de carreira. Foi realizada uma revisão sistemática em bases de dados eletrónicas (e.g., Scopus, Web of Science, ERIC), de acordo com as diretrizes PRISMA. Foram incluídos estudos que reportaram avaliações de seguimento e cumpriram critérios de inclusão previamente definidos. Os dados foram extraídos e analisados quanto ao momento de avaliação, às abordagens metodológicas, aos critérios utilizados e aos resultados reportados. Foram incluídos 57 estudos, evidenciando elevada heterogeneidade nas práticas de follow-up, nomeadamente no intervalo temporal das avaliações, nos instrumentos de medida e nos enquadramentos teóricos. Os resultados mais frequentemente analisados incluíram variáveis como decisão de carreira, empregabilidade, satisfação com a carreira, autoeficácia, adaptabilidade e bem-estar. De forma geral, observaram-se melhorias no pós-intervenção, parcialmente mantidas no follow-up. Contudo, a ausência de padronização metodológica limita a comparabilidade entre estudos e dificulta a avaliação da eficácia a longo prazo. Estes resultados reforçam a necessidade de desenvolver quadros teóricos e metodológicos mais consistentes para orientar avaliações de seguimento em intervenções de carreira.

Palavras-Chave: intervenções de carreira , follow-up , revisão sistemática , avaliação

Resumo Completo (Ficheiro)

CL 341 - AGÊNCIA PESSOAL E ADAPTABILIDADE DE CARREIRA NA FORMAÇÃO DE PERCEÇÕES DE CARREIRAS SUSTENTÁVEIS FUTURAS EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicologia Vocacional e do Desenvolvimento da Carreira

Olímpio Paixão[1], Vítor Gamboa[1], Liliana Faria[1]

[1]Universidade do Algarve

A construção de carreiras sustentáveis futuras tem sido conceptualizada como um processo dinâmico, ancorado na agência pessoal e no desenvolvimento de recursos que permitam aos indivíduos antecipar, orientar e regular o seu desenvolvimento vocacional ao longo da vida. Enquadrado na Teoria da Autodeterminação e em perspetivas construtivistas e desenvolvimentistas da carreira, o presente estudo teve como objetivo analisar o papel da satisfação das necessidades psicológicas básicas e da adaptabilidade de carreira nas perceções de carreiras sustentáveis futuras (CSF) em estudantes do ensino superior. Participaram 217 estudantes universitários portugueses (N = 217; Midade = 21,4; DP =

5,76), maioritariamente do sexo feminino (70%). Recorreu-se a modelos de regressão múltipla e Path Analysis para testar relações diretas e indiretas entre a satisfação das necessidades de autonomia, competência e relacionamento, as quatro dimensões da adaptabilidade de carreira enquanto recursos de carreira, e as dimensões de Felicidade, Produtividade, Saúde e Empowerment Social associadas à Escala de Carreiras Sustentáveis Futuras. Os resultados indicaram que a satisfação das necessidades de autonomia e de competência emergem como preditores significativos das perceções de carreiras sustentáveis futuras, explicando entre 26% e 50% da variância das dimensões analisadas. Verificou-se ainda que a curiosidade desempenha um papel mediador robusto, funcionando como mecanismo central de agência pessoal, com evidência de mediação parcial e total consoante a dimensão de CSF considerada. Estes resultados sugerem que o funcionamento motivacional e os recursos de carreira que remetam para a exploração, antecipação e projeção do futuro são cruciais na construção de perceções de carreiras sustentáveis futuras. Por sua vez, isto contribui para modelos integrativos da carreira e reflete implicações relevantes para a intervenção psicológica em contextos educativos e de orientação vocacional, nomeadamente no desenvolvimento de programas que tenham como objetivo principal a preparação de transições para o mercado de trabalho.

Palavras-Chave: Carreiras Sustentáveis; Necessidades Psicológicas Básicas; Adaptabilidade de Carreira; Análises de Mediação

Resumo Completo (Ficheiro)

CL 190 - CLINICAL SUPERVISION IN HUMANISTIC, EXPERIENTIAL AND EXISTENTIAL THERAPIES: A SYSTEMATIC REVIEW

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicoterapia

Ana Rodrigues[1], Pedro Lopes[1], Carla Cunha[1], Rafael Jodar-Anchia[2]

[1]Universidade da Maia, [2]Universidad de Comillas

Clinical supervision is widely recognized as essential in the training of psychotherapists, promoting ethical clinical practice and continuous professional development. However, empirical evidence regarding its effectiveness remains limited, particularly within Humanistic, Existential and Experiential Psychotherapies (HEPs). This study aimed to critically analyze the existing empirical literature on clinical supervision within these approaches, contributing empirical support to findings from the Empowering EFT@EU project (Erasmus+ No. 2020-1-PT01-KA202-078724). A systematic literature review was conducted, focusing on empirical studies examining the effects of supervision on the development of therapists' competencies and the quality of their clinical practice, as well as its impact on client outcomes (process and

therapeutic results) and the perspectives of supervisors and supervisees. Fourteen eligible studies were identified, predominantly qualitative and cross-sectional in design. Findings indicate that clinical supervision positively contributes to the development of therapists' competencies, particularly in terms of reflexivity, self-awareness, self-efficacy, and technical skills. Supervision is frequently described as a transformative, albeit emotionally demanding, experience. However, its effects on client outcomes remain unclear, being reported only indirectly and inconsistently. No single supervision model was identified as more effective, although the quality of the supervisory relationship, structured feedback, and a safe and collaborative environment emerged as key facilitating factors.The discussion highlights significant methodological limitations and a gap between the recognized practical importance of clinical supervision and the available empirical support, reinforcing the need for more rigorous future research.

Palavras-Chave: Systematic Review; Clinical Supervision; Humanistic, Experiential and Existential Therapy

CL 193 - TREINO DE PSICOTERAPEUTAS COM RECURSO À PRÁTICA DELIBERADA: EFEITOS NA COMPETÊNCIA E AUTOEFICÁCIA

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Psicoterapia

Beatriz Viana[1], Patrícia Pinheiro[1], Isabel Basto[1]

[1]Universidade da Maia (UMAIA) | Centro de Psicologia da Universidade do Porto (CPUP)

O terapeuta tem vindo a ser identificado como um fator-chave nos resultados psicoterapêuticos, com evidências relativamente às diferenças entre terapeutas ao nível da sua competência. Neste contexto, a competência do terapeuta, bem como a sua autoeficácia (*i.e.,* competência percebida) têm sido associadas à eficácia dos processos terapêuticos. A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) constitui uma das abordagens com maior suporte empírico; contudo, a informação sobre como otimizar as competências dos terapeutas nesta modalidade é escassa. A Prática Deliberada (PD) tem demonstrado resultados comprovados noutras áreas e tem emergido como uma metodologia de treino promissora, centrada na aquisição de competências através da prática orientada, repetição sucessiva, feedback e reflexão, frequentemente com recurso a dinâmicas de role-play. Apesar dos esforços para formular

diretrizes e protocolos de PD aplicados à formação de terapeutas, a evidência sobre a sua eficácia ainda é escassa. O presente estudo teve como objetivo explorar o efeito da PD ao nível da competência real e da autoeficácia dos terapeutas TCC. Os 52 participantes receberam 10 sessões de treino/formação centradas nas técnicas de Reestruturação Cognitiva (RC), uma técnica transdiagnóstica da TCC. Tanto o grupo experimental (PD) como o grupo de controlo (formação teórica - FT) foram avaliados quanto à competência e autoeficácia no pré-, pós-teste e nos follow-ups (3 e 6 meses). A competência terapêutica foi avaliada através da codificação de role-play com recurso à *Cognitive Therapy Scale-Revised* (CTS-R), e a autoeficácia foi avaliada através das *Counselor Activity Self-Efficacy Scales* (CASES). Os resultados sugeriram trajetórias semelhantes entre os grupos no que respeita à autoeficácia, tendo-se verificado um aumento dos scores médios da CASES. No entanto, verificou-se um efeito significativo da interação grupo-por-tempo ao nível da competência (x^2 (3) = 8.266, p = .041), demonstrando que os grupos evoluíram de forma diferente. Nomeadamente, apenas o grupo experimental (PD) revelou um aumento da competência ao longo dos diferentes momentos. Estes resultados sugerem que a PD pode constituir uma componente particularmente eficaz no desenvolvimento da competência na aplicação de técnicas especificas, apoiando a integração de metodologias de treino prático, centrado no desempenho, nos protocolos de formação em psicoterapia.

Palavras-Chave: Prática Deliberada , Restruturação Cognitiva , Competência Terapêutica , Treino em Psicoterapia

CL 356 - AFECTUS: DESENVOLVIMENTO DE UMA INTERVENÇÃO DIGITAL PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE SEXUAL EM SOBREVIVENTES DE CANCRO DA MAMA

Tipo: Comunicação Livre

Tema: Sexologia

Diana Alexandra Pinto Ferreira[1], Ana Luísa Quinta-Gomes[1], Cristina Mendes-Santos[2]

[1]Centro de Psicologia, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, [2]Universidade da Maia

Introdução:A sobrevivência ao cancro da mama está frequentemente associada a dificuldades na saúde sexual, incluindo alterações na imagem corporal, disfunção sexual e desafios na intimidade, com impacto significativo na qualidade de vida. Apesar da elevada prevalência, persistem necessidades não atendidas ao nível da informação, do suporte psicossocial e do acesso a intervenções baseadas na evidência, particularmente em Portugal.

Objetivo: Apresentar o desenvolvimento do AFECTUS, um programa digital de promoção da saúde sexual para sobreviventes de cancro da mama, destacando os fundamentos teóricos, o processo de desenvolvimento do programa e das suas componentes.



Métodos:O desenvolvimento do AFECTUS foi informado pela evidência científica disponível e por um estudo de métodos mistos conduzido em Portugal com o objetivo de identificar necessidades não atendidas em saúde sexual e barreiras no acesso a cuidados. Os conteúdos do programa organizam-se em sete módulos, com uma abordagem progressiva e parcialmente personalizável, que integra quatro componentes principais:(1) impacto do cancro e dos tratamentos na sexualidade; (2)saúde psicológica e sexualidade; (3)imagem corporal; (4)intimidade individual e na relação. A intervenção baseia-se em estratégias da terapia cognitivo-comportamental e da terapia de aceitação e compromisso, sendo disponibilizada através da plataforma web iTerapi, com acompanhamento assíncrono por parte de um psicólogo.

Conteúdo da comunicação: Serão apresentados os procedimentos de desenvolvimento do programa, incluindo a integração de evidência científica e contributos de sobreviventes, bem como os desafios da adaptação de intervenções em saúde sexual ao contexto português. Será realizada uma breve demonstração do programa.

Resultados:O programa encontra-se em preparação para um estudo piloto de avaliação da usabilidade, aceitabilidade e eficácia preliminar, que informará a sua otimização, seguido de um ensaio clínico randomizado(RCT). Esperam-se melhorias no prazer e satisfação sexual e relacional, redução do distress sexual, e benefícios na imagem corporal, sintomas emocionais e qualidade de vida.

Conclusão:A comunicação constitui uma oportunidade de partilha e discussão com profissionais de saúde sobre orientações para o desenvolvimento de intervenções digitais em saúde sexual, contribuindo para uma abordagem mais integrada, acessível e centrada na pessoa na área da oncosexologia em sobreviventes de cancro da mama.

Palavras-Chave: Saúde sexual; Cancro da mama; Intervenção digital; Sobreviventes



RESUMOS – POSTER

PO 80 - COACHING PSICOLÓGICO NA PRÁTICA: UM MODELO BREVE DE AUTORREGULAÇÃO ORIENTADO A OBJETIVOS

Tipo: Poster

Tema: Coaching Psicológico

Miguel Alexandre Fernandes Gonçalves[1]

[1]Learn2be, Desenvolvimento Pessoal, Lda

O Coaching Psicológico tem vindo a ganhar espaço na prática profissional, mas continua a existir confusão conceptual sobre o que é, como se diferencia de outras intervenções e como se operacionaliza de forma simples e eficaz em contexto real. Esta comunicação propõe um modelo breve, orientado a objetivos, que organiza a intervenção em torno de um ciclo psicológico central: pensamento–pensador-emoção–comportamento–resultado. A partir deste ciclo, o psicólogo pode identificar rapidamente o "ponto de alavanca" que está a manter padrões desorganizados e pouco funcionais, e facilitar uma mudança de estado que aumente clareza, agência e consistência comportamental.

A apresentação descreve o **Método das 4 Portas** (de autoria do orador e apresentado no livro *Constrói o Teu Caminho, Vive na Mente Certa*), uma estrutura prática de autorregulação baseada em quatro vias de intervenção: **porta do pensamento**, **porta emocional**, **porta física/fisiológica** e **porta dos valores/propósito**. O modelo permite ao profissional escolher, em poucos minutos, a entrada mais eficaz para cada pessoa e momento, integrando linguagem clara, objetivos definidos e foco na ação.

Serão apresentados exemplos de micro-intervenções e de **perguntas poderosas** que ajudam a transformar pensamento automático fraco/desorganizado em **pensamento empoderado**, promovendo foco, compromisso e desempenho sustentável. A comunicação termina com um conjunto de perguntas orientadas para clareza, compromisso e ação imediata, para facilitar a transferência do modelo para a prática.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 184 - CAMINHOS PARA A PARTICIPAÇÃO DIGITAL EQUITATIVA NUMA SOCIEDADE ENVELHECIDA

Tipo: Poster

Tema: Educação Inclusiva

Elzbieta Bobrowicz-Campos[1], Cristina Camilo[2], Elsa Pegado[3], Ana Rita Medeiros[4], Cristofthe Fernandes[2]

[1]Universidade de Coimbra, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, [2]Iscte - Instituto Universitário de Lisboa, Centro de Investigação e Intervenção Social, [3]Iscte - Instituto Universitário de

Lisboa, Centro de Investigação e Estudos De Sociologia, [4]Iscte - Instituto Universitário de Lisboa, Centro de Investigação e Intervenção Social, Iscte

Este estudo, realizado no âmbito do projeto Time-To-Engage (LCF/PR/SR23/57000012, Caixa Foundation' Social Research Program), teve como objetivo examinar as necessidades de capacitação digital entre adultos mais velhos e as formas de apoio requeridas e efetivamente utilizadas para dar resposta a estas necessidades, controlando variáveis sociodemográficas e socioeconómicas.

Os dados foram recolhidos com recurso ao questionário desenvolvido e validado pela equipa do projeto, numa amostra não probabilística de adultos mais velhos (N = 479; 59% mulheres). Os participantes tiveram, em média, 74.5 anos (DP = 6.6) e 7.04 anos de escolaridade (DP = 4.49). A maioria estava aposentada (73%), vivia com familiares (79%) e relatou sentir dificuldades financeiras (58%).

Aproximadamente 60% dos participantes avaliaram suas competências digitais como baixas ou muito baixas, indicando que não sabem fazer determinadas tarefas dos domínios técnico-operacional, de leitura crítica e de escrita crítica (32%, 43%, 45%, respetivamente) ou que só conseguem fazê-las com ajuda (19%, 23%, 23%, respetivamente). As maiores dificuldades foram reportadas por participantes mais velhos, com menor escolaridade e que residiam em áreas não urbanas ($p < 0.05$), tal como por participantes em situação financeira menos favorável ($p < 0.001$). As diferenças observadas quanto ao género foram menos consistentes, não se revelando no domínio de escrita crítica. No que respeita ao apoio institucional, cerca de metade dos participantes identificou cursos de capacitação digital como essenciais; no entanto, apenas 22% tiveram experiência de participação em tais cursos e quase metade não sabia dizer se estes existem na sua área de residência. A não participação e o desconhecimento foram mais comuns entre os participantes mais velhos, com menor escolaridade ou que enfrentavam dificuldades financeiras ($p < 0.05$). Não foram observadas diferenças quanto ao gênero ou local de residência.

Esses resultados apontam para a lacuna entre as necessidades de capacitação digital dos adultos mais velhos e a sua capacidade de beneficiar de oportunidades disponibilizadas, realçando a necessidade de repensar a forma como essas oportunidades são divulgadas, e de garantir que as pessoas que enfrentam maiores dificuldades para as aceder recebam o apoio necessário. Preencher esta lacuna é crucial para promover a participação digital equitativa e evitar que as desigualdades do mundo real sejam reforçadas no ambiente digital.

Palavras-Chave: adultos mais velhos; capacitação digital; estudo transversal

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 142 - IMPLEMENTAÇÃO DE UM MODELO TRANSDISCIPLINAR NUMA CLÍNICA PRIVADA: A EXPERIÊNCIA DO NÚCLEO CASA

Tipo: Poster

Tema: Intervenção Precoce

Francisca Silva Ferreira[1], Catarina Grande[2]

[1]Núcleo CASA, [2]Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto

O Núcleo CASA – Psicologia, Educação e Desenvolvimento é uma clínica privada dedicada à implementação de um modelo transdisciplinar na intervenção precoce. Esta abordagem enfatiza a

colaboração entre diferentes áreas, integrando a especialização da psicologia, psiquiatria infantil, terapia da fala e terapia ocupacional, com o objetivo de oferecer uma intervenção holística e centrada na família.

A abordagem transdisciplinar envolve a partilha de papéis (role release), na qual os profissionais partilham conhecimentos e competências para além dos seus campos tradicionais, garantindo um apoio consistente e coeso às crianças e às famílias. A recolha de dados envolveu entrevistas com os profissionais da equipa.

Os resultados destacam a eficácia da abordagem transdisciplinar na melhoria da satisfação profissional e da adesão à intervenção. Além disso, o modelo promoveu um trabalho em equipa mais forte entre os profissionais, conduzindo a maior satisfação no trabalho e crescimento profissional.

Por outro lado, persistem desafios, incluindo limitações de recursos e a necessidade de alcançar uma integração plena e fluida dos papéis.

Apesar dos obstáculos, mantemo-nos comprometidos com os cuidados transdisciplinares, focados na inovação, em intervenções centradas na criança e num impacto duradouro.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 177 - JETLAG SOCIAL EM CRIANÇAS EM IDADE PRÉ-ESCOLAR: O PAPEL DE FATORES DE RISCO

Tipo: Poster

Tema: Intervenção Precoce

Cláudia Castro Dias[1], Ana João Barros[1], Francisca Durães[1]

[1]Universidade Católica Portuguesa, Faculdade de Filosofia e Ciências Sociais

O jetlag social é definido como a discrepância entre o ritmo circadiano endógeno e as exigências impostas pelos horários sociais. Em crianças, este fenómeno traduz-se na diferença nos padrões de sono e vigília entre os dias de escola e os dias de descanso. A literatura associa o jetlag social a repercussões negativas na saúde física, nomeadamente a um maior risco de obesidade, bem como a dificuldades ao nível da atenção e da regulação do humor. Contudo, a investigação nesta área é ainda recente, tendo-se focado maioritariamente em crianças em idade escolar e adolescentes. Apesar de as crianças mais novas apresentarem tendencialmente níveis inferiores de jetlag social, a literatura evidencia que estas poderão ser particularmente vulneráveis aos seus efeitos negativos em indicadores centrais do desenvolvimento. Assim, o estudo deste fenómeno em crianças em idade pré-escolar revela-se especialmente relevante, sendo pertinente identificar os seus fatores associados. O presente estudo teve como objetivos: (1) caracterizar os padrões de jetlag social em crianças em idade pré-escolar; e (2) examinar o efeito de variáveis individuais (sexo e idade) e contextuais (frequência da creche, número de irmãos, zona de residência urbana ou rural, nível de escolaridade parental e hábitos digitais da criança) na predição dos níveis de jetlag social. A amostra foi constituída por pais e cuidadores de crianças com idades compreendidas entre os 2 e os 5 anos, que completaram um protocolo de avaliação online que incluiu variáveis sociodemográficas, hábitos digitais e indicadores de sono. Os resultados preliminares revelaram um jetlag social médio de 42,84 minutos (*DP* = 31,04). Análises de regressão linear hierárquica indicaram que a idade (β = 0.27, p = .017) e o sexo (β = -0.27, p = .017) foram preditores significativos do jetlag social. Adicionalmente, após a inclusão da variável exposição a ecrãs superior a 30 minutos diários, esta revelou-se um preditor significativo (β = 0.26, p = .030), mesmo após o controlo da idade e sexo. Estes

resultados sugerem que os hábitos de exposição digital podem constituir um fator relevante na identificação precoce de perfis de risco de jetlag social, podendo informar intervenções dirigidas à promoção de padrões de sono saudáveis em crianças em idade pré-escolar.

Palavras-Chave: jetlag social , ritmo circadiano , sono , idade pré-escolar

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 260 - A COMUNICAÇÃO NO ANÚNCIO DE PERTURBAÇÕES DE DESENVOLVIMENTO AOS PAIS

Tipo: Poster

Tema: Intervenção Precoce

Marta Ramos Mourato[1]

[1]Instituto Politécnico de Portalegre, Escola Superior de Educação e Ciências Sociais

Resumo:

A comunicação de uma má notícia a uma família sobre a perturbação de desenvolvimento da sua filha ou filho, nem sempre é bem recebida. A forma como a comunicação do anúncio de uma má notícia ocorre, pode ser bastante significativa, com repercussões na vida da família e da criança. Os protocolos constituem um auxílio para o profissional, definindo procedimentos que o poderão auxiliar no anúncio de uma má notícia.

O estudo que agora apresentamos procura perceber qual a perceção do(s) profissional(ais) de saúde sobre a maneira como comunica(m) à família que o/a seu/sua filho/a tem uma perturbação de desenvolvimento e perceber qual a perceção da(s) família(s) sobre a maneira como lhe foi comunicado o problema do/a seu/sua filho/a. Optou-se pela metodologia qualitativa, realizando um estudo de casos múltiplos, com a recolha de dados através de entrevistas semiestruturadas. Os participantes foram três profissionais de saúde e três famílias com crianças com perturbações de desenvolvimento. Concluíu-se que as famílias vivenciam o anúncio de uma má noticia sobre perturbação de desenvolvimento de um/a filho/a experienciando sentimentos de revolta, angústia, tristeza, dúvidas e sentimentos de culpa, consideram que os profissionais deveriam ter uma melhor preparação para fazerem a comunicação de um anúncio de más notícias, e que os mesmos deveriam ter apoio de outro profissional da área da psicologia, quando comunicam o anúncio. Já os profissionais de saúde vivenciam desconforto ao transmitir uma má notícia e mencionam falta de apoio e de formação para apoiar e gerir as emoções e sentimentos das famílias e de si próprios. Os profissionais entendem que a comunicação de um anúncio de más notícias consiste num trabalho multidisciplinar.

Palavras-Chave: Família, Crianças com Perturbação de desenvolvimento, Profissionais de saúde, Comunicação de más notícias.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 381 - OMPETÊNCIAS PARA A PRÁTICA DE INTERVENÇÃO PRECOCE CENTRADA NA FAMÍLIA: UM ESTUDO EXPLORATÓRIO COM PROFISSIONAIS DO ALGARVE



Tipo: Poster

Tema: Intervenção Precoce

Olívia de Carvalho[1], Marta Ferreira[2], João Pascoinho[3]

[1]UNIVERSIDADE PORTUCALENSE - INSTITUTO JURÍDICO PORTUCALENSE/INSTITUTO EUROPEU DE ESTUDOS SUPERIORES, [2]Equipa Local de Intervenção Precoce - ELI de Lagos, [3]Instituto Europeu de Estudos Superiores

A Intervenção Precoce na Infância (IPI) assume um papel central na promoção do desenvolvimento de crianças em risco ou com alterações do desenvolvimento, assentando em práticas centradas na família e no trabalho em equipa transdisciplinar. A qualidade da intervenção depende, em grande medida, das competências mobilizadas pelos profissionais no trabalho com os pais e da sua formação especializada. O presente estudo teve como objetivo analisar a importância atribuída às competências para o trabalho com os pais e a frequência da sua aplicação por profissionais de IPI, comparando duas sub-regiões do Algarve (Barlavento e Sotavento), bem como identificar necessidades de formação percecionadas, o questionário “Competências para o trabalho com os pais - visão dos profissionais” (Carvalho, 2017), a 83 profissionais em exercício de funções com crianças e famílias na IPI. Foram igualmente recolhidas variáveis sociodemográficas consideradas relevantes para a análise e relação de dados obtidos. O questionário constitui um instrumento composto por um conjunto de práticas de qualidade na intervenção com famílias, permitindo avaliar a perceção dos profissionais relativamente à importância atribuída a essas práticas, bem como à frequência da sua utilização no contexto da IP. Os resultados revelam que as competências relacionadas com a comunicação, o respeito pela família e o trabalho colaborativo são amplamente valorizadas, embora a sua aplicação seja, em alguns domínios, inferior à importância atribuída. Identificaram-se diferenças entre sub-regiões e em função da formação especializada, bem como necessidades de formação contínua, sobretudo em práticas centradas na família e trabalho transdisciplinar. Estes resultados reforçam a importância do investimento na formação profissional para a melhoria da qualidade das práticas em IPI.

Palavras-Chave: Intervenção Precoce na Infância , Abordagem Centrada na Família , Competências Profissionais , Equipas Transdisciplinares

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 405 - LONGITUDINAL ASSOCIATIONS BETWEEN PRENATAL PARENT-INFANT ATTACHMENT AND POSTNATAL INFANT-PARENT ATTACHMENT: A SYSTEMATIC REVIEW PROTOCOL

Tipo: Poster

Tema: Intervenção Precoce

Catarina Madureira[1], Miguel Barbosa[2], Sara Espadilha[3]

[1]Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, [2]Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa; CICPSI, Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa; Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa, [3]Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa; CICPSI, Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa

7º CONGRESSO ORDEM DOS PSICÓLOGOS PORTUGUESES
Coimbra 2026

Background: Prenatal parental-infant attachment is suggested to play a significant role in the development of postnatal infant-parent attachment. Despite its predictive value, the literature remains fragmented and lacks a rigorous synthesis to clarify the associations of the parental-infant attachment to the infant-parent attachment. **Objective:** This systematic review aims to examine the longitudinal associations between prenatal parent-infant attachment and postnatal infant-parent attachment. **Method:** This review will follow Prefered Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) guidelines. A comprehensive search will be conducted in relevant eletronic databases (e.g., PubMed, APA PsycInfo, APA PsycArticles, Scopus and Web of Science) to identify longitudinal observational studies assessing: (1) prenatal parent-infant attachment and (2) infant-parent attachment outcomes. Study selection, data extraction and risk of bias assessment will be conducted by two independente reviewers. A meta-analysis will be conducted if data robustness permits. **Registration:** This protocol will be registred in PROSPERO.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 45 - REMINDER4CARE EM CONTEXTO RESIDENCIAL: VIABILIDADE, ACEITABILIDADE E ADESÃO NUM CLUSTER RCT

Tipo: Poster

Tema: Neuropsicologia

Catarina Baptista[1], Ana Rita Silva[1], Margarida Pedroso de Lima[1], Rosa Marina Afonso[2]

[1]Universidade de Coimbra, [2]Universidade da Beira Interior

Introdução: Adultos mais velhos residentes em Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas (ERPI) apresentam maior risco de declínio cognitivo e isolamento social, existindo escassez de intervenções adaptadas que integrem estratégias para promover mudanças de estilo de vida e estimular a flexibilidade cognitiva e emocional. No âmbito do projeto REMINDER, foi desenvolvido o REMINDER4Care, um programa psicossocial e cognitivo multidimensional adaptado a este contexto, com o objetivo de promover a saúde do cérebro e prevenir o declínio cognitivo. Este estudo teve como objetivo avaliar a viabilidade, aceitabilidade e adesão do REMINDER4Care em ERPI.

Método: Está a decorrer um cluster RCT, com a primeira wave concluída (pré, pós e follow-up) e a segunda em curso. O programa consiste em 20 sessões grupais, incluindo psicoeducação sobre o cérebro, estimulação cognitiva, treino de competências psicossociais e orientação para objetivos significativos, adaptadas às limitações sensoriais e escolaridade da população. Participaram 41 adultos mais velhos na primeira wave. A função cognitiva, o risco de demência, o bem-estar psicológico e a solidão foram avaliadas. A adesão e aceitabilidade foram analisadas através de estatísticas descritivas e análise de conteúdo do feedback dos participantes.

Resultados: Dos 41 participantes, dois desistiram (taxa de retenção = 95,1%). Em média, os participantes frequentaram 18 das 20 sessões (DP = 2,07); 92,7% participou em pelo menos 75% das sessões e 26,8% em todas. A adesão por sessão variou entre 80,5% e 95,1%. A análise qualitativa revelou elevada satisfação e utilidade percebida, com destaque para o convívio e a socialização como o aspeto mais valorizado. As sessões mais apreciadas incidiram sobre temas como o cérebro, memória, comunicação e perceção. Foram identificados desafios relacionados com a complexidade da linguagem e dificuldades na retenção de informação a curto-prazo.

Conclusão: Os resultados preliminares indicam que o REMINDER4Care é uma intervenção viável, bem aceite e com elevada adesão em contexto de ERPI. A integração de componentes cognitivas e sociais, aliada à adaptação às características da população, sustenta a sua aplicabilidade clínica e potencial de implementação em larga escala. Os desafios identificados reforçam a necessidade de estratégias de simplificação e reforço dos conteúdos.

Palavras-Chave: Prevenção; demência; intervenção multidomínio; adesão

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 150 - PARA ALÉM DO DÉFICE: REPENSAR A METODOLOGIA NA INVESTIGAÇÃO EM AUTISMO

Tipo: Poster

Tema: Neuropsicologia

Gilmario Marques Filho[1], Margarida V. Garrido[1], Cristiane Souza[1]

[1]CIS-Iscte

A investigação sobre o espectro do autismo permanece maioritariamente baseada num paradigma médico que privilegia a categorização diagnóstica e a quantificação do défice, sem lugar a uma perspetiva centrada na pessoa autista. Em contraponto, o modelo dos direitos humanos, baseado na Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência (CDPD), propõe uma reorientação epistemológica que coloca a autodeterminação e a participação no centro da produção de conhecimento. Este enquadramento converge com um movimento científico crescente que defende uma investigação participativa, focada no apoio e na qualidade de vida.

Esta comunicação tem como objetivo analisar criticamente as principais limitações paradigmáticas e metodológicas da investigação neuropsicológica no autismo e propor um modelo de investigação mais inclusivo, alinhado com os princípios da CDPD e da neurodiversidade. Adotou-se uma análise teórico-conceptual sustentada numa revisão narrativa da literatura, integrando contributos da neuropsicologia, da filosofia da ciência e dos estudos da deficiência.

A análise identificou quatro pontos críticos de ordem pragmática e metodológica. A predominância de amostras de conveniência compromete a validade externa, exigindo caracterização em multiníveis que inclua perfil sensorial e funcionamento executivo. Critérios diagnósticos baseados em amostras masculinas e pediátricas perpetuam a sub-representação de mulheres e adultos com diagnóstico tardio, afetando a validade dos instrumentos neuropsicológicos. A padronização de procedimentos pode comprometer a validade ecológica e aumentar o *distress* dos participantes, sendo que as abordagens de investigação participativa e adaptações sensoriais representam alinhamento com a validade de constructo. Por fim, os algoritmos de *machine learning* oferecem novas possibilidades para identificar perfis cognitivos e funcionais clinicamente relevantes dentro do espectro, mas exigem vigilância sobre enviesamentos nos dados e interpretabilidade dos modelos.

Rigor metodológico e investigação centrada nas pessoas são objetivos complementares, sendo que o modelo dos direitos humanos fortalece simultaneamente a qualidade epistemológica, a relevância clínica e o compromisso ético da neuropsicologia do autismo. Espera-se que esta análise constitua um contributo útil para investigadores e profissionais que procuram conciliar rigor científico e prática centrada nos direitos e na experiência das pessoas autistas.

Palavras-Chave: Autismo , Metodologia de investigação , Direitos Humanos , Neuropsicologia

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 154 - BAPCON NO CONTEXTO CLÍNICO: ESTUDO DE CASOS MÚLTIPLOS SOBRE O PERFIL DOS UTENTES DO CENTRO DE REABILITAÇÃO DO NORTE NO ANO DE 2025

Tipo: Poster

Tema: Neuropsicologia

Sara Magalhães[1], Ana C. Magalhães[1], Daniela Guedes[1], Joana Pimentel[1]

[1]Unidade Local de Saúde Gaia e Espinho

Introdução: A avaliação da aptidão psicológica para a condução em pessoas com lesão encefálica adquirida (LEA) representa um desafio relevante na prática neuropsicológica, dada a complexa integração de funções cognitivas, motoras e comportamentais. A utilização de instrumentos estruturados, como a Bateria de Avaliação Psicológica da Condução (BAPCON), tem vindo a assumir um papel crucial no contexto da reabilitação neurológica e funcional, sendo a sua adaptação às limitações funcionais particularmente importante para responder às exigências específicas deste contexto clínico.

Objetivo: Descrever a aplicação da BAPCON num contexto de reabilitação neurológica e funcional, destacando a sua adaptação a indivíduos com limitações funcionais, bem como caracterizar os casos avaliados ao longo do ano de 2025 no Centro de Reabilitação do Norte (CRN).

Método: Estudo descritivo de casos múltiplos baseado numa amostra de 135 utentes, em regime de internamento ou de ambulatório, avaliados no CRN durante o ano de 2025. A avaliação psicológica da condução foi realizada com recurso à BAPCON, com adaptações específicas às limitações funcionais apresentadas por cada um dos utentes avaliados. Serão analisadas variáveis sociodemográficas e clínicas, bem como o parecer resultante das avaliações.

Resultados: Os resultados serão apresentados de forma descritiva, tendo em conta as variáveis em estudo, o que inclui a caracterização sociodemográfica e clínica da amostra e o desempenho nas provas da BAPCON.

Conclusão: Este estudo pretende dar a conhecer a versão adaptada da BAPCON e contribuir para a compreensão da pertinência do recurso a esta bateria em contextos de reabilitação neurológica, neuromotora e funcional para o processo de autonomização e reintegração socioprofissional de utentes com LEA.

Palavras-Chave: Avaliação , Condução , Lesão Encefálica Adquirida , Neuropsicologia

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 158 - ASSESSING EXECUTIVE FUNCTIONS ACROSS METHODS: EVIDENCE FOR THE CONCURRENT VALIDITY OF THE BRIEF2



Tipo: Poster

Tema: Neuropsicologia

Carolina Sousa[1], Sofia Marcos[1], Maria Cristina Petrucci de Almeida Albuquerque[2], Marcelino Arménio Martins Pereira[2], Inês Bernardino[3], Susana Mouga[4]

[1]FPCE Universidade de Coimbra, [2]Universidade de Coimbra, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação; Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo Comportamental; Laboratório de Avaliação Psicológica e Psicometria, [3]CIBIT, ICNAS, Universidade de Coimbra, [4]FPCE, CEIS20, CIBIT e CINEICC, Universidade de Coimbra

Introduction

Executive functions (EF) comprise a set of cognitive processes that enable individuals to adapt to novel situations and achieve goal-directed behavior. The availability of reliable and valid assessment tools is essential; however, concerns remain regarding the concurrent validity of existing measures. The present study aimed to examine the relationship between three distinct approaches to assessing EF in order to evaluate the concurrent validity of the Behavior Rating Inventory of Executive Functions, Second Edition (BRIEF2; Self-report, Parent and Teacher versions)). Specifically, this study sought to explore the associations between a behavior rating scale, performance-based neuropsychological tests, and an ecologically valid virtual reality measure.

Methods

A sample of 90 participants ranging in age between 10 and 15 years old, completed an assessment protocol including the three BRIEF2 versions; three subtests from the Coimbra Neuropsychological Assessment Battery (BANC) – Verbal Fluency, Trail Part A and Part B and Tower –; and the EcoSupermarketX, a virtual reality task. Spearman correlation analyses were conducted to examine the relationships between the different assessment methods. All statistical analysis was performed with the support of the version 29 of the Statistical Package for Social Sciences (SPSS). A significance level of 0.05 was adopted.

Results

The results revealed weak but statistically significant correlations between BRIEF2 scores and both BANC subtests and between the BRIEF2 and the EcoSupermarketX (virtual reality task). We found a higher number of significant correlations between the Teacher Form and the performance-based tests than between the Parent Form/Self-report Form and the BANC subtests. The correlation analysis performed between EcoSupermarketX and BRIEF2 revealed fewer significant correlations. Regarding the concurrent validity of the BRIEF2, our results indicate that this rating scale evaluates, in part, the same constructs as the two other instruments; therefore the BRIEF2 demonstrates concurrent validity.

Conclusions

These findings suggest that rating scales, performance-based tests, and virtual reality measures capture distinct aspects of executive functioning. Consequently, their combined application may provide a more comprehensive assessment of this multidimensional construct.

Palavras-Chave: Executive functions , BRIEF2 , Performance-based tests , Virtual reality tasks

7º CONGRESSO ORDEM DOS PSICÓLOGOS PORTUGUESES
Coimbra 2026

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 163 - THE BEHAVIOR RATING INVENTORY OF EXECUTIVE FUNCTION - SECOND EDITION AND ECOKITCHEN COMBINING ASSESSMENT APPROACHES: A CONCURRENT VALIDITY STUDY

Tipo: Poster

Tema: Neuropsicologia

Sofia Marcos[1], Carolina Sousa[1], Cristina Petrucci Albuquerque[2], Marcelino Pereira[2], Susana Mouga[3], Inês Bernardino[4]

[1]Universidade de Coimbra, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, [2]Universidade de Coimbra, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação; Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo Comportamental; Laboratório de Avaliação Psicológica e Psicometria, [3]FPCE, CEIS20, CIBIT, CINEICC, Universidade de Coimbra, [4]CIBIT, ICNAS, Universidade de Coimbra

Introduction

The assessment of Executive Functions (EF) has found recurring issues that lead to dissociations between performance-based and rating measurements of the same constructs. Virtual Reality (VR)-based assessments have been found to bridge the gap between the former measures, showing strong associations with both types of instruments while being more sensitive to cognitive deficits. This study aims to analyse the concurrent validity of the Portuguese version of the Behavior Rating Inventory of Executive Function - Second Edition (BRIEF2; Self-report, Parent and Teacher versions) regarding performance tests and Ecokitchen. It also examines the possibilities of using EcoKitchen, a virtual reality tool, to assess executive functions in children and adolescents.

Methods

The sample comprised 90 children and adolescents (46 girls and 44 boys) aged between 10 and 15 years old. The assessment protocol included the following assessment instruments: Phonemic and Semantic Verbal Fluency, Trail-Making Test A and B, and the Tower of London – all subtests of the Coimbra Neuropsychological Assessment Battery (BANC) alongside EcoKitchen and the 3 versions of the BRIEF2. As the data did not meet the assumptions of normality, a Spearman's rho correlation analyses were performed. Statistical analysis was performed using the version 29 of the Statistical Package for Social Sciences. A significance level of 0.05 was adopted. Given the substantial number of correlations identified, a Benjamini-Hochberg correction was applied.

Results

The moderate correlations found between the Self, the Parent and Teacher versions of the BRIEF2 with BANC and EcoKitchen indicate that the more executive difficulties reported, the worse children will perform on performance tests and in the virtual reality task. For BANC and EcoKitchen, most of the significant correlations found were between accuracy measures and Verbal Fluency or the Tower of London.

Conclusions

In this study, moderate associations were found between the BRIEF2, EcoKitchen, and selected performance-based tests. The EcoKitchen successfully motivated the participants, making future research in this area vital. Importantly, the pattern of correlations found in this study reinforces the notion that different evaluation procedures capture distinct aspects of executive functioning. Therefore, rating scales, performance-based tests and VR measures should be combined to obtain a comprehensive EF characterization.

Palavras-Chave: Coimbra Neuropsychological Assessment Battery (BANC) , BRIEF2 , EcoKitchen , Executive Functions

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 164 - ENVELHECIMENTO: ESCOLARIDADE E FUNCIONAMENTO EXECUTIVO. REALIDADE DA ULSAAVE.

Tipo: Poster

Tema: Neuropsicologia

Neuza Carina Santos Rocha[1], Ana Rita Moreira da Rocha[1], Tânia Micaela Freitas Campos da Rocha[1], Marcos Vinicius Lima Aragão[1], Marta Gonçalves Teixeira Dias de Oliveira[1]

[1]Unidade de Saúde do Alto Ave

Introdução

O envelhecimento associa-se a alterações progressivas no funcionamento cognitivo, com particular impacto nas funções executivas. A escolaridade tem sido amplamente descrita como um determinante relevante da reserva cognitiva, influenciando a expressão clínica do declínio cognitivo e a resiliência face à neuropatologia. Défices no funcionamento executivo podem constituir manifestações precoces de perturbações neurocognitivas, assumindo particular relevância na deteção atempada destas condições.



Objetivos

Comparar o desempenho em funções executivas em indivíduos com idade igual ou superior a 65 anos, em função do nível de escolaridade, distinguindo participantes com escolaridade até ao 4.º ano e participantes com escolaridade entre o 6.º e o 9.º ano. Adicionalmente, pretende-se analisar a associação entre o desempenho executivo e a probabilidade de presença de perturbação neurocognitiva.

Métodos

Trata-se de um estudo quantitativo, observacional e transversal, com uma amostra de indivíduos com idade ≥ 65 anos, acompanhados na Unidade Local de Saúde do Alto Ave. Os participantes serão estratificados em dois grupos de acordo com o nível de escolaridade. Serão recolhidos dados sociodemográficos e clínicos, e administrada uma bateria de avaliação neuropsicológica focada nas funções executivas. A probabilidade de perturbação neurocognitiva será estimada com base no desempenho cognitivo global e nos critérios diagnósticos estabelecidos pelo DSM-5. A análise estatística incluirá testes de comparação entre grupos e análise de associações entre variáveis.

Resultados (esperados)

Hipotetiza-se que indivíduos com menor nível de escolaridade apresentem um desempenho significativamente inferior nas funções executivas, bem como uma maior probabilidade de comprometimento neurocognitivo, em comparação com indivíduos com níveis de escolaridade mais elevados.

Conclusão

Os resultados esperados poderão reforçar o papel da escolaridade enquanto fator protetor no envelhecimento cognitivo, contribuindo para a compreensão das diferenças interindividuais no funcionamento executivo em populações idosas. Estes achados sublinham a relevância da consideração do nível educacional na avaliação neuropsicológica, bem como na identificação precoce de perturbações neurocognitivas, com potenciais implicações para a prática clínica e para estratégias de intervenção preventiva.

Palavras-Chave: Funções executivas; Escolaridade; Envelhecimento; Perturbação neurocognitiva; Avaliação neuropsicológica



Resumo Completo (Ficheiro)

PO 225 - ENTRE O DECLÍNIO E A RESILIÊNCIA: UMA AVALIAÇÃO DAS DIFERENÇAS NAS TRAJETÓRIAS DA COGNIÇÃO FLUIDA E CRISTALIZADA AO LONGO DO ENVELHECIMENTO

Tipo: Poster

Tema: Neuropsicologia

Diogo Miguel[1], Francisca Sofia[1], Margarida Vaz Garrido[1], Cristiane Souza[1]

[1]Iscte- Instituto Universitário de Lisboa

O envelhecimento cognitivo caracteriza-se por trajetórias diferenciadas entre os sistemas cognitivos, sendo amplamente documentado o declínio da cognição fluida e a preservação da cognição cristalizada (Baum et al., 2023). Este contraste constitui um eixo central na compreensão da plasticidade cognitiva ao longo da idade adulta. O presente estudo teve como objetivo analisar diferenças no desempenho face à cognição fluida e cristalizada entre diferentes grupos etários. Participaram 1077 indivíduos, distribuídos por quatro grupos etários (45-54; 55-64; 65-74; 75-85 anos). Os participantes completaram o B.LifeLong Survey, incluindo medidas de cognição fluida e cristalizada. As análises incluíram a comparação entre médias dos grupos etários para cada variável e associações entre as variáveis (independente da idade). Os resultados evidenciaram um declínio progressivo da cognição geral e fluida com o aumento da idade. Especificamente, observou-se diferenças estatisticamente significativas entre diferentes grupos etários nas tarefas de rastreio cognitivo geral, memória episódica e reflexão cognitiva, exceto entre os grupos dos 45-54 e dos 55-64 anos. No que concerne à cognição cristalizada, verificou-se um padrão de declínio gradual associado ao envelhecimento nas tarefas baseadas em conhecimento em todos os grupos etários, embora com menor diferença entre grupos comparativamente às diferenças na cognição fluida. Em síntese, embora ambos os sistemas cognitivos apresentem um declínio associado à idade, a cognição fluida evidencia uma deterioração mais pronunciada, enquanto a cognição cristalizada revela maior resiliência relativa, apesar de também declinar ao longo do envelhecimento. Estes resultados sugerem trajetórias qualitativamente distintas entre estas duas componentes, com maior preservação da cognição cristalizada, o que favorece o seu papel potencial na adaptação aos desafios quotidianos. Estes achados podem informar o desenvolvimento de novas estratégias de intervenção centradas na plasticidade e resiliência dos sistemas cognitivos, aproveitando as diferenças nas suas dinâmicas temporais.

Palavras-Chave: Cognição Fluida , Cognição Cristalizada , Envelhecimento , Resiliência

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 236 - ECRÃS E A ATENÇÃO DE CRIANÇAS E JOVENS: SERÃO AS ATITUDES E A SUPERVISÃO PARENTAL O FATOR DECISIVO?

Tipo: Poster

Tema: Neuropsicologia

Iara Filipa Oliveira Saraiva[1], Mariana Isabel Pereira de Matos[1], Joana Maria Rodrigues Rato[2]

[1]Faculdade de Ciências da Saúde e Enfermagem - UCP, [2]CIIS - Centro de Investigação Interdisciplinar em Saúde da UCP

Introdução: A rápida evolução tecnológica tem intensificado as preocupações acerca do impacto da exposição a ecrãs no funcionamento cognitivo, particularmente durante períodos críticos do desenvolvimento cerebral. A literatura reporta correlações negativas entre o tempo de ecrã e o desempenho atencional, sobretudo em idades precoces, sendo mais escassa a investigação em faixas etárias mais avançadas ou em amostra de ampla amplitude etária. Os efeitos de variáveis parentais, como potenciais moderadoras desta relação, ainda permanecem pouco explorados. O presente estudo procurou aferir o possível papel moderador das atitudes e da supervisão parental na relação entre o tempo de ecrã e a atenção em crianças e adolescentes.

Metodologia: A amostra incluiu crianças do pré-escolar aos adolescentes, estando, neste momento, analisados 260 participantes entre os 6 e os 18 anos, de escolas dos distritos de Lisboa e Setúbal. O desempenho atencional foi avaliado por meio da tarefa Estátua da NEPSY-II para os mais novos, do Cancelamento de Sinais (BANC) e do d2 para os mais crescidos. O tempo de ecrã e as variáveis parentais foram recolhidos pelo Questionário de Tempo de Ecrã, elaborado para o efeito e preenchido pelos pais.

Resultados: Os resultados preliminares (amostra de 6 a 18 anos) revelam uma correlação negativa entre o tempo de ecrã diário e o desempenho atencional, observada apenas no grupo de crianças mais novas. Também as atitudes parentais associaram-se a um maior tempo de ecrã, apenas neste grupo. A supervisão parental associou-se a menor tempo de ecrã em ambos os grupos, moderando a relação entre o tempo de ecrã e a atenção, exclusivamente entre os 6 -11 anos. As atitudes parentais não emergiram como moderador significativo em nenhum dos grupos.

Conclusão: Os resultados evidenciam maior suscetibilidade das crianças aos efeitos do tempo de ecrã na atenção. Embora ambos os grupos apresentem maior tempo de ecrã associado a menor supervisão parental, esta revela um efeito protetor adicional sobre a atenção exclusivamente nos mais novos. Recomendações futuras devem contemplar estratégias de supervisão e o estabelecimento consistente de regras para as crianças. Na adolescência, em que a supervisão parental pode ser percecionada como uma imposição face à crescente procura de autonomia, os resultados apontam para a necessidade de capacitar os jovens para o uso saudável, crítico e seguro dos dispositivos digitais.

Palavras-Chave: Tempo de ecrã , Atenção , Atitudes parentais , Supervisão Parental

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 241 - IMPACTO DO ENVELHECIMENTO NA RESPOSTA A SONS ATIVADORES E REALIDADE VIRTUAL EM ATIVIDADES DE VIDA DIÁRIA

Tipo: Poster

Tema: Neuropsicologia

Gislene Alves da Costa[1], José Bourbon-Teles[1]

[1]Universidade Lusófona Lisboa

A interação entre atenção e emoção desempenha um papel fundamental no desempenho cognitivo, sendo influenciada pela idade e pela natureza dos estímulos emocionais. No envelhecimento, observa-se maior vulnerabilidade à distração e uma tendência para privilegiar estímulos de valência positiva e baixa ativação. A realidade virtual (RV) surge como uma ferramenta promissora para avaliar o desempenho funcional em contextos ecologicamente válidos. Este estudo investigou o impacto da ativação emocional

de estímulos sonoros no desempenho de atividades da vida diária (AVDs) em ambiente de realidade virtual (RV), considerando as diferenças entre jovens adultos e idosos. A amostra incluiu participantes saudáveis, com cuidados para reduzir as desigualdades na familiaridade tecnológica e garantir a inclusão de idosos ativos. Foram analisadas variáveis objetivas (tempo de execução, número de erros e frequência de piscadelas espontâneas) e subjetivas (agradabilidade e interferência percebida), em diferentes condições de ativação emocional dos sons (alta, neutra e baixa). Os resultados mostraram que os jovens adultos apresentaram um melhor desempenho sob sons de alta ativação, enquanto os idosos beneficiaram de sons de baixa ativação e valência positiva. Nas análises correlacionais, verificou-se que, nos idosos, os sons de baixa a moderada excitação e valência positiva estavam associados a menor interferência percebida e melhor desempenho funcional, suportando a Teoria da Seletividade Socioemocional. Já nos jovens adultos, observou-se uma maior responsividade a estímulos emocionalmente salientes, em consonância com a Hipótese da Suplementação Atencional. A RV revelou-se uma ferramenta sensível para avaliar o desempenho funcional e estudar os efeitos da emoção no envelhecimento, contribuindo para o desenvolvimento de estratégias personalizadas de estimulação cognitiva adaptadas às características etárias e emocionais dos indivíduos.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 242 - AVALIAÇÃO PSICOLÓGICA DA APTIDÃO PARA A CONDUÇÃO EM PESSOAS COM PERTURBAÇÃO NEUROCOGNITIVA: PROPOSTA DE UM MODELO DE CONSULTA

Tipo: Poster

Tema: Neuropsicologia

Inês Saraiva Ferreira[1]

[1]Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa

A avaliação da aptidão para a condução em pessoas com alterações cognitivas, motoras e/ou comportamentais constitui uma área de elevada relevância clínica, funcional e social, sobretudo em contextos de envelhecimento e doença neurológica. Em Portugal, a decisão sobre a aptidão para conduzir enquadra-se na articulação entre avaliação médica e avaliação psicológica, exigindo procedimentos baseados em indicadores objetivos e clinicamente fundamentados. Neste contexto, a presente comunicação apresenta uma proposta de modelo de consulta psicológica para a avaliação da aptidão para a condução, ancorada na evidência científica sobre o impacto das perturbações neurocognitivas na condução e organizada segundo uma lógica clínica aplicável à prática psicológica. Destaca-se que a aptidão para conduzir não depende apenas do diagnóstico, mas do perfil e gravidade dos sintomas cognitivos, motores e comportamentais. Assim, a avaliação psicológica pode acrescentar valor ao processo de decisão ao fornecer indicadores objetivos sobre aptidões críticas para a condução, apoiar a formulação do parecer clínico e promover maior consciência crítica do condutor relativamente às suas limitações.

Será apresentado um diagrama de proposta de modelo de consulta psicológica, contemplando: critérios e vias de referenciação; recolha sistemática de dados clínicos e de condução; avaliação psicológica dirigida às funções relevantes para o desempenho na condução; integração dos resultados com informação clínica e funcional; emissão de parecer; e comunicação dos resultados ao condutor e familiares/cuidadores. O modelo prevê três desfechos clínicos principais (manter a condução, manter a condução com restrições/adaptações e necessidade de reavaliação periódica, ou suspender a condução), bem como a possibilidade de consulta orientada para treino de aptidões, estratégias compensatórias, apoio emocional e reflexão sobre alternativas à condução. Pretende-se contribuir para a discussão e

sistematização de práticas psicológicas na avaliação da aptidão para a condução, valorizando o papel do psicólogo na promoção da segurança rodoviária, da autonomia e da qualidade de vida.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 271 - DIFERENTES PONTOS DE PARTIDA,MAS A MESMA VELOCIDADE? CONTROLO INIBITÓRIO E FLEXIBILIDADE COGNITIVA EM PRÉ-ESCOLARES COM E SEM COMPORTAMENTO HIPERATIVO

Tipo: Poster

Tema: Neuropsicologia

Dania Helena Afonso Martins[1], Joana Maria Rodrigues Rato[1]

[1]Universidade Católica Portuguesa

Introdução: As funções executivas desenvolvem-se rapidamente no período pré-escolar e constituem importantes preditores do sucesso académico e do funcionamento adaptativo. Entre os seus componentes nucleares destacam-se o controlo inibitório (CI) e a flexibilidade cognitiva (FC). A literatura tem evidenciado défices nestes domínios em crianças com comportamentos hiperativos, mas ainda permanece pouco claro se estas crianças apresentam trajetórias de desenvolvimento distintas face aos seus pares. O presente estudo caracterizou a evolução do CI e da FC ao longo de um ano letivo, comparando o progresso de crianças com e sem comportamentos hiperativos.

Método: Estudo longitudinal com 67 crianças de 5-6 anos (M=5,62; DP=0,33), avaliadas com intervalo de 7 meses. Da amostra total, 22 apresentaram indicadores de hiperatividade segundo o SDQ-Por (pais). Foram aplicadas duas tarefas da Early Years Toolbox (Howard & Melhuish, 2017): i) CI por meio de Go/No-Go, medindo a capacidade de discriminar entre estímulos que exigem ação e não-ação (d') e a capacidade de inibir respostas impulsivas (Impulse Control); ii) FC através da tarefa Card Sorting, medindo a alternância entre regras de categorização (Switch Accuracy) e o alcance do nível de maior complexidade (nível Border).

Resultados: O grupo com hiperatividade apresentou desempenho inferior em todas as medidas, em ambos os momentos. O CI progrediu significativamente nos dois grupos, com efeitos muito elevados ($\eta^2p=0,314$ e $\eta^2p=0,352$). A FC não evidenciou progressão significativa. A interação entre tempo × grupo não foi significativa. A hiperatividade correlacionou-se negativamente com todas as medidas, sobretudo com a inibição de respostas impulsivas ($\rho=-0,34$; $p<0,01$).

Discussão: As crianças com comportamentos hiperativos partem de um desempenho inferior no CI e na FC, mantendo essa desvantagem ao longo do ano letivo. Contudo, não progridem a um ritmo mais lento do que o dos pares, sugerindo que o défice é de magnitude, e não de trajetória. Verificou-se que o CI e a FC se desenvolvem a ritmos distintos: o CI progride de forma acentuada, enquanto a FC permanece estável, sugerindo que o seu aprimoramento ocorre mais tardiamente. Estes resultados reforçam a importância da avaliação diferenciada destas funções em contextos clínicos e educativos e constituem um primeiro contributo para a sua caracterização na população pré-escolar portuguesa.

Palavras-Chave: controlo inibitório , flexibilidade cognitiva , pré-escolar , hiperatividade

PO 274 - CORPO SÃO, MENTE SÃ? A ASSOCIAÇÃO ENTRE HÁBITOS DE VIDA, MEMÓRIA E PRESERVAÇÃO COGNITIVA AO AVANÇAR DA IDADE

Tipo: Poster

Tema: Neuropsicologia

Francisca Sofia[1], Diogo Miguel[1], Margarida Vaz Garrido[1], Marília Prada[1], Cristiane Souza[1]

[1]Iscte

A promoção de hábitos de vida saudáveis e a prevenção do declínio cognitivo constituem prioridades centrais face ao envelhecimento ativo. Segundo a literatura, a atividade física, as escolhas alimentares e a qualidade do sono têm sido associadas à preservação cognitiva (e.g., Halaweh et al., 2018; Rajaram et al., 2019). Contudo, a influência integrada destes fatores de vida ao longo da idade adulta permanece pouco esclarecida. O presente estudo examinou a associação entre os hábitos de vida, a saúde percebida e a capacidade cognitiva geral em diferentes fases da idade adulta. A amostra do estudo foi constituída por 1077 adultos portugueses, distribuída por quatro grupos etários (45-54; 55-64; 65-74; 75-85 anos). Os participantes completaram um protocolo de avaliação remota utilizando o B.LifeLong Survey. Foram realizados os testes estatísticos ANOVA para comparação entre grupos etários e correlações parciais a controlar a idade para associação entre os fatores. Os resultados evidenciaram diferenças significativas entre os diferentes grupos etários nos hábitos de vida, particularmente ao nível da alimentação, da atividade física e do sono. Foram também observadas diferenças etárias na saúde percebida e na cognição geral. Os grupos etários mais jovens evidenciaram maior qualidade de sono, enquanto grupos etários mais envelhecidos apresentaram índices de qualidade de sono mais reduzidos. No que concerne à prática de atividade física, observou-se uma diferença de idade com uma redução significativa na frequência de atividade física nos grupos a partir dos 65 anos. Relativamente aos hábitos alimentares, também se observou uma diferença entre grupos etários, com o grupo dos 75-84 anos apresentando o menor consumo de sal e açúcares comparativamente aos restantes grupos etários. Este mesmo grupo também apresentou indicadores de maior consumo de alimentos processados e com elevado teor de gordura. Adicionalmente, os perfis de hábitos de vida mais saudáveis associaram-se a um melhor desempenho cognitivo global, independentemente da idade. Em síntese, os resultados sublinham o papel de fatores modificáveis de hábitos de vida na preservação cognitiva ao longo do envelhecimento, sustentando o desenvolvimento de estratégias preventivas orientadas para a promoção da saúde cognitiva e da qualidade de vida.

Palavras-Chave: Envelhecimento saudável; Hábitos de vida; Cognição Geral; Saúde percebida

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 285 - CONSTRUÇÃO DE UM PROGRAMA DE INTERVENÇÃO MULTIMODAL PARA CRIANÇAS COM PHDA E PLANIFICAÇÃO DE UM ESTUDO DE AVALIAÇÃO DA SUA EFICÁCIA

Tipo: Poster

Tema: Neuropsicologia

Eugénia P. Madureira[1], Selene G. Vicente[2]

[1]Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto, [2]Centro de Psicologia da Universidade do Porto

A Perturbação de Hiperatividade e Défice de Atenção (PHDA) é uma condição neurodesenvolvimental caracterizada por desatenção persistente, hiperatividade e impulsividade, com impacto significativo no funcionamento académico, social e emocional. A evidência empírica atual recomenda intervenções multimodais que integrem estratégias farmacológicas e psicológicas. Deste modo, pretende-se preparar um programa de intervenção multimodal, com a duração de 12 semanas, para ser administrado em contexto escolar a crianças com diagnóstico clínico de PHDA, entre os 5 e os 12 anos de idade. Adicionalmente, apresentamos a planificação de um estudo quase experimental desenhado para avaliar a sua viabilidade e eficácia.

O programa de intervenção integra o TC e a TCC. A componente de TC terá como alvo as funções executivas: atenção dividida e seletiva, memória de trabalho, controlo inibitório, planeamento, resolução de problemas e flexibilidade cognitiva. Serão selecionados exercícios em plataformas informatizadas e exercícios manipulativos com materiais de papel e lápis. Por sua vez, a componente de TCC será baseada no modelo Soluções Colaborativas e Proativas (CPS) criado para reduzir comportamentos desafiantes ou problemáticos em crianças em idade escolar (Greene & Winkler, 2019). Para identificação dos problemas não resolvidos e das capacidades deficitárias das crianças, será utilizada a ALSUP (Assessment of Lagging Skills and Unsolved Problems) de Greene (2020).

Um total de 120 participantes será distribuído por quatro grupos controlados nas variáveis sexo e idade: um grupo experimental com intervenção multimodal TCC + TC, dois grupos de controlo ativo (intervenção TCC vs intervenção TC, respetivamente) e um grupo de controlo passivo (apenas medicado). Todos os participantes estarão medicados e serão avaliados em três momentos: pré e pós-intervenção, e num follow-up três meses mais tarde. A avaliação neuropsicológica incluirá medidas de atenção, funções executivas e comportamento funcional.

Hipotetiza-se que o grupo experimental obtenha ganhos significativamente superiores aos dos grupos de controlo nas medidas em estudo, e que os grupos de controlo ativo, por sua vez, apresentem resultados significativamente superiores aos do grupo de controlo passivo. Pretende-se contribuir com evidência

empírica para práticas de intervenção ecológicas com potencial para otimizar ganhos funcionais nos domínios cognitivo/executivo, comportamental e social em crianças com PHDA.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 301 - DOENÇA DE PARKINSON E FUNÇÕES EXECUTIVAS: UM ESTUDO COM O BRIEF-A

Tipo: Poster

Tema: Neuropsicologia

Leonor Alves Rodrigues da Costa Duarte[1], Sofia Guimarães Fonseca[1], Bruna Araujo de Albuquerque Silveira[1], Maria Salomé de Oliveira Mendes Caldeira[2], Fradique Vieira de Almeida Moreira[2], Claudia Sofia Carvalho Moreira de Sousa[3], Ana Margarida Fernandes Capela[3], Maria Manuela Pereira Vilar[4], Maria Cristina Petrucci de Almeida Albuquerque[4]

[1]Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade de Coimbra, [2]Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra, [3]Unidade de Neuropsicologia do Serviço de Psicologia da ULSSJoão, [4]Universidade de Coimbra, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação; Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo Comportamental; Laboratório de Avaliação Psicológica e Psicometria

Introdução: A Doença de Parkinson (DP) é uma doença neurodegenerativa progressiva caracterizada por sintomas motores e não motores, entre os quais se destacam alterações cognitivas, particularmente nas funções executivas (FE). Apesar da relevância clínica destas alterações, a avaliação das FE na DP tem sido sobretudo realizada através de testes neuropsicológicos de desempenho, os quais nem sempre refletem o impacto das dificuldades cognitivas no quotidiano. O *Behavior Rating Inventory of Executive Function-Adult Version* (BRIEF-A) constitui uma alternativa potencialmente mais ecológica de avaliação formal das FE.

Objetivos: O presente estudo tem como objetivo a caracterização dos défices nas FE em pessoas com DP, através das versões de Auto e Heteroavaliação do BRIEF-A. O segundo objetivo diz respeito à validação do BRIEF-A para a população portuguesa, em particular à análise da sua adequação a um grupo com DP.

Método: Foram comparados os resultados da versão de Autoavaliação do BRIEF-A em 128 indivíduos, distribuídos por um grupo com DP (n = 64) avaliados em contexto hospitalar e um grupo de controlo (n = 64), da comunidade. Os grupos não apresentam diferenças significativas em termos de idade, sexo e escolaridade. Foram ainda incluídos 53 informadores do grupo com DP, que preencheram a versão de Heteroavaliação e cujas respostas foram comparadas com as dos pacientes com DP. Realizou-se a subdivisão do grupo com DP para a comparação dos indivíduos em estado pré-operatório (n = 16) e pós-operatório (n = 43). Para as análises de comparações entre grupos foi realizada uma MANOVA e testes t corrigidos através do método de Holm-Bonferroni. Para a comparação das versões de Auto e Heteroavaliação, foi calculado o Coeficiente de Correlação Intraclasse e realizados testes t para comparar as médias.

Resultados: A MANOVA revelou diferenças significativas entre o grupo com DP e o grupo de controlo no BRIEF-A, confirmadas por testes t corrigidos em todas as escalas e índices e compósito, exceto nas escalas de Automonitorização e Controlo Emocional, com magnitudes de efeito médias a grandes. No grupo com DP, a concordância entre Auto e Heteroavaliação foi inferior a razoável, não se verificando diferenças significativas nas médias entre avaliadores. Quanto à comparação entre o grupo pré e pós-operatório, não foram encontradas diferenças significativas.

Conclusão: O BRIEF-A demonstrou validade discriminante, sugerindo também uma boa adequação na medição das FE na DP.

Palavras-Chave: Doença de Parkinson , BRIEF-A , Funções Executivas , Avaliação Neuropsicológica

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 334 - PARENT–CHILD INTERBRAIN SYNCHRONY AND SOCIOEMOTIONAL AND COGNITIVE DEVELOPMENT IN TYPICALLY DEVELOPING CHILDREN: A SYSTEMATIC REVIEW.

Tipo: Poster

Tema: Neuropsicologia

Ana Paula Silva[1], Cláudia Furtado[2], Vera Mateus[3], Sara Cruz[2]

[1]Universidade Lusíada, Porto, [2]Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro, [3]Faculdade de Psicologia e da Ciências da Educação, Universidade de Coimbra

An increasing volume of neuroscientific evidence shows that interbrain synchrony serves as a neural marker of social interaction. Contemporary social neuroscience models emphasise the need to move beyond the study of neuronal processes at the within-individual level to consider coordinated neuronal activity between parent and child to understand the neuronal mechanisms underlying development. At the same time, interest has intensified in determining when and how neural processes become synchronised, or temporally aligned, between parents and children, and whether this synchrony plays a functional role in supporting developmental outcomes. The emergence of advanced techniques such as hiperscanning – simultaneous measurement of brain activity across multiple individuals – has opened new possibilities for addressing these questions (Douglas et al., 2023). Given the rapid expansion of hyperscanning research and the methodological diversity across studies, a systematic review is essential. It enables a rigorous and comprehensive synthesis of current findings, clarifies the strength and consistency of evidence, identifies gaps in the literature, and highlights methodological limitations that must be addressed in future work. By integrating results across studies, a systematic review also helps establish whether interbrain synchrony is a reliable and developmentally meaningful phenomenon in early childhood. Ultimately, synthesising the existing literature is a critical step toward advancing our understanding of the neural dynamics underlying early social and cognitive development and informing future research directions in this emerging field.

Palavras-Chave: Parent-child interaction , Child development , Interbrain synchrony , Hyperscanning

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 409 - COGNITIVE REHABILITATION IN MULTIPLE SCLEROSIS

Tipo: Poster

Tema: Neuropsicologia

Irina Santos[1], Marisa Lima[2], Isabel Santana[3], Sónia Batista[3]



[1]Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo-Comportamental (CINEICC); Centro de Inovação em Biomedicina e Biotecnologia (CIBB), [2]Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo-Comportamental (CINEICC); Centro de Inovação em Biomedicina e Biotecnologia (CIBB); Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra (FPCEUC), [3]Centro de Inovação em Biomedicina e Biotecnologia (CIBB); Faculdade de Medicina da Universidade de Coimbra (FMUC); Serviço de Neurologia da Unidade Local de Saúde (ULS) de Coimbra

Multiple Sclerosis (MS) is a chronic, neurodegenerative disease, and the most frequent non-traumatic disabling condition in young adults. It is clinically heterogeneous, varying in age of onset, progression, radiological findings, disability, symptoms, and subsequently, treatment response. Cognitive impairment has been increasingly recognized as a potential consequence of MS, affecting up to 70% of patients across all disease's phenotypes and stages, including early stages. Given that MS's typical age of onset is between 20-45 years, cognitive deficits can significantly impact education and employment, leading to school dropouts and unemployment. Disease-modifying therapies show limited efficacy for cognitive impairment, and no approved medications currently exist, increasing the interest in cognitive rehabilitation in MS.

This review aimed to identify cognitive rehabilitation platforms used in MS up to 2025, and compare their characteristics, accessibility, benefits, and limitations.

A total of 91 studies were included, comprising 5307 MS patients, and identifying 30 cognitive rehabilitation platforms that were categorized by cognitive domain: multi-domain rehabilitation; MS-specific multi-domain; single-domain targeting information processing speed, memory/working memory, or attention; and videogame-based interventions. The literature indicates that cognitive rehabilitation platforms are generally more effective than conventional cognitive training using paper-and-pencil tasks, with results showing improvements in domain-specific deficits (memory, attention, information processing speed, executive functions, and verbal performance), as well as in multi-domain cognitive rehabilitation models, regardless of training intensity. These gains also translated into functional outcomes, including fatigue, depression, and general quality of life. Personalized and adaptive interventions yield the strongest and most durable effects, lasting up to two years.

Future research should prioritize large-scale trials focusing on personalized and adaptive interventions, controlled study designs, ideally adopting holistic approaches of combined interventions (cognitive, physical, cognitive-behavioral, and occupational rehabilitation). Larger follow-up periods (> 12 months) that integrate MRI, cognitive, and patient-reported outcome measures are also needed.

Palavras-Chave: Multiple Sclerosis; cognitive impairment; cognitive rehabilitation; digital platforms.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 419 - COMUNICAÇÃO AUMENTATIVA E ALTERNATIVA NUMA ABORDAGEM MULTIDISCIPLINAR CENTRADA NA QUALIDADE DE VIDA

Tipo: Poster

Tema: Neuropsicologia

Alice Rodrigues Manuel[1], Marta Gomes Pinto[2]

[1]Universidade Católica Portuguesa, [2]CNS- Campus Neurológico; HaloNeuroAI



Introdução
Adultos com doenças neurodegenerativas progressivas podem preservar a capacidade cognitiva e de decisão num contexto de perda grave da comunicação oral. A Comunicação Aumentativa e Alternativa (CAA) permite manter a participação social e a autodeterminação ao longo do curso da doença. Contudo, a escassa literacia em CAA por parte dos neuropsicólogos constitui uma barreira sistémica ao acompanhamento psicológico em momentos de particular vulnerabilidade: processamento do luto antecipatório, adaptação à perda progressiva, apoio à tomada de decisão e comunicação em fim de vida. Esta exclusão não decorre da falta de pertinência clínica, mas de uma lacuna formativa identificável e corrigível, com impacto direto na qualidade de vida dos doentes.

Objetivos
Identificar os pontos de interseção clínica entre terapia da fala e neuropsicologia em utilizadores adultos de CAA com patologia neurodegenerativa progressiva, e propor um modelo estruturado de intervenção colaborativa centrado na qualidade de vida.

Método
Revisão narrativa da literatura, com integração da experiência clínica especializada em CAA e neuropsicologia. Análise das barreiras de acesso ao acompanhamento psicológico por parte de utilizadores de CAA e mapeamento das áreas de intervenção partilhada entre as duas profissões ao longo do curso da doença.

Resultados
Apresenta-se um modelo colaborativo estruturado em quatro fases: diagnóstico e planeamento precoce; adaptação à perda progressiva; fase avançada, com foco na autonomia e na transmissão pessoal; e fase de fim de vida, com apoio à família e ao doente. Para cada fase, são definidos os objetivos específicos de cada profissional e os respetivos pontos de articulação. A construção de memória pessoal é enquadrada como uma dimensão de intervenção terapêutica conjunta: clonagem de voz, cartas de voz digital e narrativa pessoal para a família, com as devidas considerações éticas e de consentimento informado.

Conclusões
A exclusão de utilizadores de CAA do acompanhamento psicológico constitui uma injustiça no acesso aos cuidados, com impacto negativo na qualidade de vida. A colaboração entre terapia da fala e neuropsicologia apresenta-se como uma resposta estruturada e viável para promover bem-estar, autonomia e participação, com implicações para a formação especializada, os protocolos clínicos e as políticas de saúde pública.

Palavras-Chave: comunicação aumentativa e alternativa, neuropsicologia, doenças neurodegenerativas, qualidade de vida

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 427 - PARA LÁ DE TRÁS-OS-MONTES: PERFIL NEUROPSICOLÓGICO DA DÍADE IDOSO-CUIDADOR NO ÂMBITO DO SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO ÀS DEMÊNCIAS EM MOGADOURO

Tipo: Poster

Tema: Neuropsicologia



Ricardo Afonso[1], Maria Manuela Vilar[1], Ana Rita Silva[1], Luís Miguel Rodrigues[2]

[1]Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo Comportamental (CINEICC); Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra (FPCEUC), [2]Santa Casa da Misericórdia de Mogadouro

Portugal enfrenta um desafio demográfico sem precedentes, com um envelhecimento populacional acentuado e heterogéneo, cujas assimetrias se tornam críticas em regiões rurais, como é o caso de Mogadouro. Neste concelho – um dos vinte concelhos com maior índice de envelhecimento (486,4%) (INE, 2024) – o isolamento geográfico e a escassa oferta de serviços criam barreiras à implementação de políticas de *Aging in Place*. Esta vulnerabilidade territorial configura um fator de risco na gestão das demências, dificultando o diagnóstico e a continuidade dos cuidados. Surge assim o Serviço de Apoio Domiciliário às Demências (SADD) em Mogadouro, resposta multidisciplinar gratuita para pessoas com demência e cuidadores. A eficácia do serviço depende, contudo, da compreensão rigorosa das necessidades da díade, fundamentando-se a relevância de caracterizar os perfis neuropsicológicos de forma a criar intervenções mais ajustadas aos desafios da demência no meio rural.

O presente estudo adotou uma metodologia quantitativa e transversal, prevendo-se uma amostra de 50 díades, utentes do SADD. A recolha de dados decorre no domicílio através de um protocolo de avaliação neuropsicológica que abrange os domínios: cognitivo (MMSE); emocional (GDS-30); comportamental (NPI); funcional (IAFAI-VR) e qualidade de vida (DEMQOL) nos idosos; e dificuldades (CADI) e satisfação na prestação de cuidados (CASI); mecanismos de *coping* (CAMI); perceção da saúde (SF-12) e satisfação com a vida (SWLS) nos cuidadores.

Importa salientar que os resultados aqui apresentados são preliminares, incidindo sobre uma análise de 22 díades (Idosos: M_{Idade} = 80,77; DP = 6,20 | Cuidadores: M_{Idade} = 64,91; DP = 14,74), sendo o processo de recolha da amostra concluído até ao final de maio. Os dados preliminares relevam que a gravidade da incapacidade funcional e dos sintomas neuropsiquiátricos da pessoa idosa com demência estão associados a uma maior sobrecarga, sendo que à medida que a idade do cuidador aumenta, a capacidade de utilizar estratégias eficazes para enfrentar as dificuldades diminui drasticamente. Em contrapartida, maior nível de escolaridade surge associado a melhores mecanismos de *coping*. Os resultados reforçam a necessidade do SADD continuar a otimizar intervenções que foquem na gestão comportamental e estimulação do utente, enquanto capacitam o cuidador, assegurando a qualidade de vida de ambos e a permanência prolongada da pessoa idosa no contexto familiar.

Palavras-Chave: Demência , Perfil Neuropsicológico , Apoio Domiciliário Especializado , Envelhecimento Rural

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 44 - PSICOLOGIA E O ENVELHECIMENTO: PRÁTICAS NO QUOTIDIANO DOS ADULTOS MAIS VELHOS

Tipo: Poster



Tema: Psicogerontologia

Cátia Lage da Cunha[1]

[1]Associação do Hospital Civil e Misericórdia de Alhandra

A Associação do Hospital Civil e Misericórdia de Alhandra é uma instituição que presta apoio à população idosa através de diversas respostas sociais: Estrutura Residencial para Idosos, Centro de Dia e Serviço de Apoio Domiciliário. No âmbito destas respostas, destaca-se o papel da Psicologia, sendo uma área fundamental na promoção do bem-estar das pessoas em idade mais avançada (e.g., OPP, 2020). O presente trabalho tem como objetivo explorar as principais atividades realizadas em contexto institucional, diferenciadas por resposta social e por diferentes alvos de intervenção, incluindo adultos mais velhos com idades compreendidas entre os 66 e 98 anos, pessoas de referência e cuidadores formais.

Ao longo da apresentação são descritas práticas de avaliação, intervenção e monitorização, nomeadamente a implementação de consultas psicológicas, intervenções terapêuticas validadas cientificamente (e.g., Takeda et al., 2012) e respetiva dimensão, como o número de pessoas abrangidas.

O presente trabalho faz ainda referência ao papel da Psicologia na promoção do envelhecimento ativo e saudável através da intergeracionalidade e de projetos de intervenção (e.g., Marques et al., 2014).

São ainda identificadas as principais atividades destinadas a pessoas de referência (e.g., psicoeducação) e a cuidadores (e.g., formação, medidas ambientais e estratégias de apoio à gestão de relações interpessoais), bem como diferentes exemplos de atuação multidisciplinar, envolvendo áreas como a Nutrição, Enfermagem, Fisioterapia, Psiquiatria e Neurologia.

Considera-se que o trabalho desenvolvido poderá contribuir para o conhecimento relacionado com a promoção do bem-estar dos adultos mais velhos nas respostas sociais, alinhando-se às boas práticas da Psicologia no contexto do envelhecimento (Ramalho, 2026).

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 181 - LONELINESS, SOCIAL ISOLATION, AND LANGUAGE IN OLDER ADULTS: IMPLICATIONS FOR PSYCHOLOGICAL ASSESSMENT AND INTERVENTION



Tipo: Poster

Tema: Psicogerontologia

Maria Veiga de Araújo[1], Diana R. Pereira[1], Ana Paula Soares[1]

[1]Universidade do Minho

Population aging poses major challenges for psychological practice, particularly in identifying and preventing psychosocial risk factors that compromise well-being, autonomy, and quality of life. Among these, loneliness and social isolation (L/SI) have emerged as major concerns in later life. Social isolation refers to the objective lack of social contacts, whereas loneliness reflects the subjective perception that one's social needs are unmet. Older adults are particularly vulnerable due to bereavement, retirement, and health limitations. Although L/SI have been linked to dementia and cognitive decline, less is known about their association with language functioning. This is critical, as language difficulties may reduce communication effectiveness and social engagement, increasing vulnerability to L/SI, while reduced interaction and stimulation may, in turn, accelerate language decline.

Following PRISMA guidelines, we conducted a scoping review of studies from PubMed, Scopus, and Web of Science with no temporal restrictions. Eligible studies included participants aged ≥60 years, assessed at least one language and one L/SI outcome, and examined their association.

The literature revealed substantial heterogeneity in L/SI assessment, ranging from single-item indicators to validated multidimensional scales. Most studies focused exclusively on loneliness; fewer assessed both constructs, and only one examined distinct profiles, such as being socially isolated but not lonely or feeling lonely despite social contact. Language measures were also diverse, including verbal fluency, naming, reading, and narrative discourse. Recent studies have incorporated natural language processing to capture markers such as pausing patterns, prosodic variation, lexical diversity, and discourse coherence.

Overall, the evidence suggests that L/SI are associated with changes in language functioning in older adults, although findings remain heterogeneous. Verbal fluency results are mixed, whereas discourse-level and speech-derived markers show more consistent associations with L/SI. From a psychological practice perspective, these findings suggest that language may represent a promising yet underexplored marker of psychosocial vulnerability in aging. Greater attention to communication changes in assessment contexts may help identify older adults at risk of loneliness and social isolation, while informing more targeted, socially and linguistically sensitive intervention strategies.

Palavras-Chave: Language , Social Isolation , Loneliness , Aging

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 189 - PREDICTORS OF ANXIETY IN LATER LIFE

Tipo: Poster

Tema: Psicogerontologia

Victoria Pimentel[1], Ana João Santos[2], Oscar Ribeiro[2]

[1]Departamento de Educação e Psicologia da Universidade de Aveir, [2]RISE-Health, Departamento de Educação e Psicologia da Universidade de Aveiro

Anxiety in older adults is highly prevalent yet frequently underdiagnosed, with important consequences for functioning, quality of life, and overall mental health. This study examined the relationship between sociodemographic factors, social relations (perceived social support and loneliness), and anxiety symptoms in community-dwelling older adults in a city in Portugal. A cross-sectional survey design was used in 2025 with 426 participants aged 65 years and older (mean age: 73.43, SD = 5.83), of which 60.1% were women. Data were collected in face-to-face interviews using the Generalized Anxiety Disorder scale (GAD-7), the Lubben Social Network Scale (LSNS-6), and the ALONE loneliness scale. Results showed 19,8% of the sample presented moderate anxiety levels and 13,6% high anxiety levels. In multivariate analysis, sex, marital status, education, social support, loneliness, and depressive symptoms significantly predicted anxiety, explaining 24.2% of its variance ($F(6, 402) = 21.36$, $p < .001$). Depressive symptoms ($\beta = .28$, $p < .001$) and loneliness ($\beta = .23$, $p < .001$) emerged as the strongest predictors. These findings highlight the importance of subjective social experiences in later-life mental health, suggest that loneliness may be more relevant to anxiety than structural aspects of social networks, and underscore the need for targeted interventions addressing anxiety symptoms and their underlying social determinants.

Palavras-Chave: Anxiety , Older adults , Loneliness , Social support

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 243 - MARCAR O LUGAR – ENCONTROS NO MUSEU: CULTURA E PARTICIPAÇÃO NA EXPERIÊNCIA DA DEMÊNCIA

Tipo: Poster

Tema: Psicogerontologia

Filipa Aniceto[1], Marta Carvalho[1]

[1]Alzheimer Portugal

O aumento da prevalência de demência tem evidenciado limitações dos modelos tradicionais de resposta, centrados no défice, na perda de capacidades e em abordagens predominantemente assistenciais. Estes modelos restringem as oportunidades de participação social e cultural, influenciando a forma como a experiência da demência é vivida, significada e reconhecida pelas pessoas com diagnóstico e cuidadores. O “Marcar o Lugar – Encontros no Museu” constitui uma prática desenvolvida em contexto museológico desde 2021, com 30 edições realizadas, cada uma composta por seis sessões, envolvendo cerca de 283 participantes (156 pessoas com demência em fase inicial a moderada, 41 cuidadores formais e 86 informais). O programa cria espaços de participação cultural mediados pela fruição artística, diálogo e expressão criativa, promovendo a construção de significado partilhado e a valorização das experiências subjetivas.
A experiência estética e cultural é utilizada como facilitador da expressão, da relação e da continuidade identitária, permitindo formas de comunicação que não dependem apenas das capacidades cognitivas convencionais. A mediação é assegurada por profissionais com formação específica, acompanhados por psicólogas, garantindo uma abordagem centrada na pessoa.
Metodologicamente, o projeto segue uma abordagem mista e de natureza evolutiva. Numa fase inicial, foi validado através de uma tese de mestrado com bateria de avaliação quantitativa e qualitativa. Na implementação contínua, são recolhidos dados através de questionários, grupos focais e testemunhos informais, integrados num processo iterativo de adaptação do programa.
Os resultados quantitativos evidenciam melhorias do humor e bem-estar após cada sessão, bem como

níveis elevados de envolvimento, participação e interesse pelos estímulos. A análise qualitativa destaca a emergência de reminiscências e processos de interpretação e autorreflexão em torno das obras de arte. Os aspetos mais valorizados incluem a estimulação da cognição, a componente social, a metodologia participativa e a validação das capacidades e ajuda mútua na vivência da doença.
Este trabalho sublinha o papel da psicologia na criação de contextos de participação e significado na experiência de viver com demência, reforçando a cultura enquanto dimensão estruturante da experiência humana e determinante para o bem-estar e saúde mental, salientando a necessidade de práticas culturalmente situadas nas respostas ao envelhecimento e à demência.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 259 - EFICÁCIA DA TERAPIA INTERPESSOAL NA ADAPTAÇÃO PSICOLÓGICA À TRANSIÇÃO PARA A REFORMA: REVISÃO DA LITERATURA

Tipo: Poster

Tema: Psicogerontologia

Gisela Mónica Macedo Teixeira[1]

[1]Academia de Psicoterapia Interpessoal

A transição para a reforma constitui uma etapa crítica do ciclo de vida adulta, frequentemente associada a desafios psicológicos e sociais, incluindo aumento da sintomatologia depressiva e ansiosa. Este processo envolve a perda de papéis ocupacionais, alterações na rotina e a necessidade de redefinição da identidade e das relações interpessoais, fatores que influenciam diretamente a saúde mental.

A evidência indica que o impacto da reforma não é homogéneo, sendo mais negativo em situações de reforma involuntária ou não planeada, particularmente em indivíduos com forte identificação com o papel profissional e redes de suporte social reduzidas. A vulnerabilidade psicológica tende a ser mais acentuada nos primeiros meses após a reforma, reforçando a importância de intervenções precoces.

A Terapia Interpessoal (TIP) surge como uma abordagem psicoterapêutica breve, estruturada e baseada em evidência, centrada na resolução de problemas interpessoais e na adaptação a transições de vida. A TIP foca-se em áreas como disputas interpessoais, luto simbólico e transições de papéis, promovendo a melhoria da comunicação, o fortalecimento do suporte social e a adaptação emocional.

Estudos internacionais demonstram que a TIP é eficaz na redução de sintomas depressivos e ansiosos em adultos mais velhos, sendo comparável à terapêutica farmacológica em alguns casos. Adicionalmente, evidencia benefícios ao nível do aumento do sentido de vida, da qualidade das relações interpessoais e da prevenção do isolamento social, sobretudo quando aplicada em formato grupal.

Apesar do crescente corpo de evidência, a aplicação da TIP na população portuguesa recém-reformada permanece pouco explorada, evidenciando a necessidade de investigação empírica neste contexto. A integração de intervenções baseadas na TIP em contextos clínicos e comunitários poderá constituir uma estratégia relevante para a promoção do envelhecimento saudável e para a prevenção de problemas de saúde mental associados à reforma.

Palavras-Chave: Terapia Interpessoal Reforma Saúde Mental Envelhecimento

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 295 - FEAR OF DEPENDENCE AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN COMMUNITY-DWELLING OLDER ADULTS

Tipo: Poster

Tema: Psicogerontologia

Ana João Santos[1], Oscar Ribeiro[1]

[1]Rise-Health, Departamento de Educação e Psicologia da Universidade de Aveiro

Several components of functional capacity have long been linked to lower levels of psychological well-being in older adults, yet less is known about how the fear of dependence (concerns about losing autonomy and/or becoming reliant on others for daily activities) among this population predicts will-being. This study examined whether fear of dependence predicts psychological well-being in community-dwelling older adults, independent of sociodemographic factors and objective functional indicators (mobility and handgrip strength). A cross-sectional survey was conducted in 2025 in a Portuguese city with individuals aged 65 or more. Psychological well-being was assessed with the WHO-5 Well-Being Index, functional objective indicators included mobility (Timed Up and Go test, TUG) and handgrip strength (dynamometer), and fear of dependence was operationalised as preferring not to depend on others (dichotomic single item). A hierarchical multiple regression was conducted in three steps: sociodemographic variables (sex, age, education, marital status), functionality (TUG and handgrip strength), and fear of dependence. The sample (n=413) was 60% women with a mean age of 73.4 (SD=5.83, age 65-94). The sociodemographic variables explained 5.0% of variance, with only higher education being associated with better well-being (β=2.289, p<.01). When both TUG and handgrip strength were added, the model fit improved moderately (ΔR^2=0.065, p<.001), with less mobility (β=-0.154, p<0.001) and lower handgrip strength (β=0.097, p=0.011) being associated with worst well-being scores. Fear of dependence independently accounted for 3.1 additional variance in well-being (ΔR^2=0.031, p<0.001). While the overall explained variance of the model was low (R^2=0.146), the results indicate that a reluctance to depend on others is associated with poorer well-being scores (β=-1.903, p<0.001), independently of mobility or handgrip strength. These findings highlight the importance of addressing dependency-related concerns in psychological interventions targeting older adults, even prior to the onset of functional decline objective indicators.

Palavras-Chave: Psychological well-being; fear of dependence, mobility, handgrip strength

Resumo Completo (Ficheiro)



PO 415 - MIND (E)MOTION: O IMPACTO DE UM PROGRAMA MULTIDIMENSIONAL PARA O ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL E O BEM-ESTAR MENTAL

Tipo: Poster

Tema: Psicogerontologia

Estela Castro[1], Teresa Silva Dias[2], Pedro Oliveira[1]

[1]Câmara Municipal de Vila Nova de Famalicão, [2]CIIE/ ODEC - Universidade do Porto, FPCEUP, Portugal

O envelhecimento populacional constitui um dos principais desafios contemporâneos, com implicações diretas no bem-estar psicológico e social das pessoas idosas, conforme salientado pela Organização Mundial da Saúde. Apesar do aumento da longevidade, persistem vulnerabilidades associadas ao declínio cognitivo, isolamento social e sintomatologia emocional, exigindo intervenções psicológicas estruturadas e baseadas em evidência (Ferreira et al., 2010; Whitbourne & Whitbourne, 2020).
Evidência científica demonstra que fatores como perceções do envelhecimento, suporte social e propósito de vida são determinantes do bem-estar, sendo as abordagens multidimensionais mais eficazes (Mitina et al., 2020; Kim et al., 2021). Estas integram dimensões psicológicas, subjetivas e sociais (Ryff & Keyes, 1995; Diener et al., 1985; Keyes, 1998), reforçando a necessidade de modelos integrados de intervenção.
O presente estudo avalia o impacto do programa Mente + Sã, uma intervenção comunitária estruturada, na promoção do bem-estar cognitivo, emocional e social em pessoas idosas. O programa assenta numa abordagem preventiva e holística, combinando estimulação neurocognitiva, promoção de competências emocionais e reforço das relações interpessoais. Estrutura-se em dois níveis diferenciados (Circuito de Manutenção e Circuito SOS), permitindo responder a diferentes perfis de funcionamento, e integra formação especializada para profissionais e envolvimento ativo de cuidadores.
Metodologicamente, o estudo segue uma abordagem de métodos mistos (Clark, 2016; Teddlie & Tashakkori, 2009), com uma amostra de 60 participantes com idade igual ou superior a 65 anos, residentes em Vila Nova de Famalicão, apresentando condições específicas como a doença de Parkinson, demência em fase inicial, depressão ou sequelas de AVC. A avaliação quantitativa baseia-se num desenho pré-teste/pós-teste (Campbell & Stanley, 1963; Miller et al., 2020), recorrendo a instrumentos validados para avaliação de coping, funções cognitivas e bem-estar. A componente qualitativa inclui grupos focais (Smithson, 2008), entrevistas semiestruturadas e observação participante, permitindo triangulação de dados.
Os resultados evidenciam ganhos no bem-estar emocional, na socialização e na percepção de suporte social. Destaca-se a formação da equipa técnica e o envolvimento dos cuidadores na eficácia da intervenção.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 6 - TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL ONLINE (ICBT) PARA ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: EVIDÊNCIAS DE EFICÁCIA NA REDUÇÃO DA ANSIEDADE E DEPRESSÃO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Catarina Cangarato Paixão[1], Anabela Pereira[1], Daniel Marques[2], Sara Monteiro[2]

[1]Universidade de Évora, [2]Universidade de Aveiro

A saúde mental dos estudantes universitários identifica-se como uma preocupação crescente, com evidência de níveis elevados de ansiedade e

depressão. Face à sobrecarga dos serviços de apoio psicológico no ensino superior, as intervenções digitais, nomeadamente a terapia cognitivo-comportamental online (iCBT), configuram-se como alternativas acessíveis e escaláveis. A presente revisão sistemática, conduzida de acordo com as normas PRISMA 2020 e registada na PROSPERO, teve como objetivo analisar ensaios clínicos randomizados e controlados publicados nos últimos cinco anos que avaliassem a eficácia da iCBT na redução de sintomas de ansiedade e depressão em estudantes universitários. A pesquisa nas bases PubMed, Scopus e MedLine resultou na seleção de 11 estudos, com um total 5288 participantes. Globalmente, os resultados sugerem que a iCBT é eficaz na redução significativa de sintomas de ansiedade e depressão, com efeitos mantidos em follow-up até 52 semanas. As modalidades guiadas com suporte humano apresentam, tendencialmente, melhores níveis de adesão e maiores taxas de remissão sintomática face a formatos autoguiados. Contudo, observou-se heterogeneidade metodológica e níveis de adesão reduzidos em alguns estudos. Ainda assim, a iCBT demonstra potencial como intervenção com bom custo-eficácia, integrável em modelos stepped care no contexto académico.

Palavras-Chave: Saúde Mental , Ensino Superior , Ansiedade , Depressão

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 7 - VALIDAÇÃO DE UM PROGRAMA BREVE DE INTERVENÇÃO ICBT PARA A ANSIEDADE E DEPRESSÃO NO ENSINO SUPERIOR

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Catarina Cangarato Paixão[1], Anabela Pereira[1], Daniel Marques[2], Sara Monteiro[2]

[1]Universidade de Évora, [2]Universidade de Aveiro

Cada vez mais estudantes universitários revelam sinais de ansiedade e depressão, refletindo um aumento dos problemas de saúde mental nesta população. Assim, é necessário que a investigação crie ferramentas inovadoras de intervenção no contexto do Ensino Superior. No âmbito do doutoramento em Psicologia, da Universidade de Évora, encontra-se em desenvolvimento um estudo quasi-experimental quantitativo, cujo objetivo é desenvolver e validar um programa cognitivo-comportamental de intervenção web-based (iCBT), para a prevenção da depressão e ansiedade, em estudantes universitários portugueses. Espera-se comprovar a eficácia do programa na redução de sintomas e na manutenção dessa redução no tempo. Considera-se um projeto promissor, pela atualidade e pertinência da temática, que pretende contribuir para validação de um programa Cognitivo-Comportamental baseado na evidência científica, com o valor adicional de ser uma ferramenta digital acessível, para a prevenção da saúde mental em contexto universitário, contribuindo para o bem-estar desta comunidade.

Palavras-Chave: Ensino Superior , iCBT , Ansiedade , Depressão

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 11 - AVALIAÇÃO DAS ATITUDES FACE À GESTAÇÃO POR SUBSTITUIÇÃO: VALIDAÇÃO PSICOMÉTRICA E TESTE DE INVARIÂNCIA DO ATSS-PT

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

António Oliveira[1], Henrique Pereira[1]

[1]Universidade da Beira Interior

Objetivo: O objetivo deste estudo foi adaptar e validar a Attitudes Toward Surrogacy Scale (ATSS) para o contexto português, testando suas propriedades psicométricas em uma amostra adulta. **Método:** Participaram 443 indivíduos residentes em Portugal, os quais responderam à versão portuguesa da ATSS-PT, além de medidas sobre sofrimento psicológico e diversas variáveis sociodemográficas. A adaptação foi feita com tradução, retrotradução e validação por especialistas. Realizaram-se análises fatoriais exploratórias e confirmatórias para avaliar a estrutura fatorial do instrumento, além de análises de confiabilidade (alfa de Cronbach e ômega de McDonald), bem como análises de validade convergente e discriminante, testes de diferenças entre grupos e regressão linear múltipla para identificar preditores das atitudes em relação à gestação por substituição. **Resultados**: A análise fatorial exploratória, feita com a fatoração pelos eixos principais e rotação Promax, revelou uma estrutura trifatorial que se alinha de forma consistente ao modelo teórico original, incluindo as subescalas Surrogacy Ethical Context, Acceptance of Surrogacy e Financing and Legalizing Surrogacy. A análise fatorial confirmatória apoiou esse modelo, com índices de ajuste satisfatórios. A ATSS-PT mostrou uma consistência interna excelente. Foram encontradas evidências de validade convergente e discriminante. Os participantes LGBTQIA+ mostraram ter uma postura mais favorável à gestação por substituição, e a ideologia política se destacou como o principal preditor dessas atitudes, mesmo que seu efeito tenha sido modesto. **Conclusão**: A ATSS-PT é uma ferramenta válida e confiável para mensurar as atitudes em relação à gestação por substituição em Portugal. O instrumento é apropriado para ser utilizado em futuras pesquisas e pode enriquecer estudos sobre atitudes sociais, políticas públicas e discussões bioéticas em relação à reprodução assistida e à diversidade familiar.

Palavras-Chave: Gestação por Substituição , Tecnologias de Reprodução Assistida , Validação Psicométrica , Género e Orientação Sexual

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 13 - ENTRE O CONTINENTE E AS ILHAS: ESTILOS PARENTAIS E INCLUSÃO DA CRIANÇA E DA COMUNIDADE

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Inês Catarina Batista[1], Henrique Pereira[2]

[1]Universidade da Beira Interior | Fundação para a Ciência e a Tecnologia | Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano, [2]Universidade da Beira Interior | Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano

As atitudes dos progenitores ou cuidadores influenciam de forma significativa o desenvolvimento moral, interpessoal e académico das crianças (L. Bornstein & B. Bornstein, 2007; Hill et al., 2004; Jiang et al., 2024; Pedro et al., 2015; Peh et al., 2020), bem como a sua saúde mental (Caron et al., 2006; Hoeve et al., 2009). Ademais, contribuem para a resiliência, influenciando a forma como se adaptam a situações adversas (Caron et al., 2006; Gillespie et al., 2022; McKinney & Renk, 2008). Assim, a promoção de práticas parentais positivas assume-se como uma prioridade da saúde pública, sendo uma estratégia eficaz na prevenção de perturbações do comportamento, promoção da saúde mental e redução das desigualdades sociais (Altafim et al., n.d.; UNICEF, n.d.). Apesar do crescente interesse científico nesta área, os programas de intervenção permanecem segmentados entre disciplinas. O presente Projeto propõe o desenvolvimento de um programa inovador de promoção de competências parentais positivas, visando a melhoria da qualidade de vida biopsicossocial das crianças, considerando as especificidades de Portugal Continental e Regiões Autónomas. O estudo organiza-se em quatro fases interdependentes: 1) Revisão sistemática da literatura (RSL); 2) Estudo quantitativo, para caracterização dos estilos parentais e fatores preditores, com recurso a instrumentos validados e abordagem estatística robusta; 3) Estudo quase-experimental, para desenvolvimento e implementação de um programa de intervenção; 4) Estudo qualitativo para compreender o impacto do programa na saúde mental e dinâmica familiar, através de entrevistas a progenitores, cuidadores e professores. Atualmente, a RSL está concluída e decorre a recolha de dados do estudo quantitativo, prevendo-se a sua conclusão e análise até ao 7º Congresso da OPP. Este projeto é particularmente pertinente para os contextos insulares, frequentemente sub-representados em iniciativas nacionais, procurando responder a desafios como abandono escolar, retenção e desigualdades sociais. A análise comparativa entre territórios permitirá informar políticas públicas mais inclusivas, alinhadas com princípios de equidade e participação. Espera-se contribuir para a melhoria das competências parentais, diminuição dos comportamentos de risco, maior envolvimento escolar e redução dos sintomas psicopatológicos. Ao centrar-se na criança, esta investigação reforça a necessidade de intervenções baseadas em evidência, ajustadas às necessidades locais.

Palavras-Chave: Parentalidade , Saúde Mental da Criança , Intervenção Psicológica , Determinantes Sociais de Saúde

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 17 - CRENÇAS SOBRE A TERAPIA DE GRUPO: ADAPTAÇÃO E VALIDAÇÃO PORTUGUESA DO GROUP THERAPY SURVEY-REVISED

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Liliana Pedro[1], Marco Pereira[1], Ana Fonseca[1], Maria Cristina Canavarro[1]

[1]Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo-Comportamental (CINEICC), Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade de Coimbra

As crenças e atitudes face à terapia de grupo desempenham um papel importante na aceitabilidade e adesão a este formato terapêutico. O presente estudo teve como objetivo adaptar o *Group Therapy Survey-Revised* (GTS-R; Carter et al., 2001) para o português europeu e analisar a sua estrutura fatorial,

fiabilidade e validade. Foram ainda exploradas associações com a idade e diferenças em função do género, do local de residência e da presença de diagnóstico psicológico autorreportado. A amostra foi constituída por 240 adultos da população geral. A análise fatorial exploratória revelou uma estrutura de três fatores, consistente com a versão original. A versão portuguesa final (GTS-R-PT) integrou 17 itens, explicando 49,1% da variância total e revelando bons índices de ajustamento. Todas as subescalas apresentaram boa consistência interna. Os três fatores mostraram-se significativamente correlacionados entre si, embora representassem dimensões distintas. Observou-se uma associação fraca e negativa entre a idade e a não adesão a mitos sobre a terapia de grupo. Verificaram-se diferenças em função do género, com as mulheres a apresentarem crenças mais positivas relativamente à eficácia da terapia de grupo e menos mitos do que os homens. Não foram encontradas diferenças em função do local de residência nem da presença de diagnóstico psicológico autorreportado. Foram também observadas evidências de validade convergente, com associações negativas fracas entre crenças na eficácia e níveis de depressão, bem como entre a não adesão a mitos e níveis de ansiedade e depressão. Adicionalmente, verificaram-se associações negativas moderadas entre o conforto com a terapia de grupo e sintomatologia ansiosa e depressiva. Todos os fatores do GTS-R-PT apresentaram associações positivas com as atitudes face à procura de ajuda psicológica. Os resultados sugerem que o GTS-R-PT é um instrumento fiável e válido para avaliar crenças sobre a terapia de grupo, reforçando a sua potencial utilização em contextos de investigação e prática clínica.

Palavras-Chave: Terapia de grupo , Crenças e atitudes , Análise fatorial , Propriedades psicométricas

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 18 - FLORESCIMENTO, TÉDIO E SAÚDE MENTAL EM ADOLESCENTES PORTUGUESES

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Tânia Nunes[1], Ana Isabel Vieira[1], Diogo Carreiras[1]

[1]Universidade Lusófona- Centro Universitário do Porto

A adolescência constitui uma fase crítica do desenvolvimento psicológico, marcada por mudanças emocionais, cognitivas e sociais que influenciam a saúde mental.

Neste contexto, torna-se essencial compreender os factores de risco e de proteção que contribuem para o ajustamento psicológico dos adolescentes.

O presente projeto de investigação tem como objetivo analisar a relação entre o florescimento, enquanto indicador de funcionamento psicológico positivo, o tédio e indicadores de saúde mental em adolescentes portugueses. A compreensão da interação entre estas variáveis revela-se particularmente relevante numa fase do desenvolvimento marcada por intensas mudanças psicológicas, sociais e emocionais.

Trata-se de um estudo quantitativo, de natureza correlacional, transversal e longitudinal, que envolverá adolescentes portugueses, com idades compreendidas entre os 12 e os 18 anos. A recolha de dados será realizada através de questionários de autorrelato, administrados em formato online ou presencial,

mediante autorização das instituições envolvidas e consentimento informado dos encarregados de educação, bem como assentimento dos participantes. Os instrumentos a utilizar avaliarão o nível de florescimento, a experiência subjetiva de tédio e indicadores de saúde mental, como sintomas emocionais e bem-estar psicológico.

O estudo do florescimento permite compreender fatores de funcionamento psicológico positivo, enquanto o tédio tem sido associado a risco acrescido de dificuldades emocionais e comportamentais. Analisar a relação entre florescimento, tédio e saúde mental em adolescentes portugueses revela-se teoricamente relevante para aprofundar o conhecimento sobre processos de proteção e vulnerabilidade psicológica neste período do desenvolvimento.

Espera-se que os resultados apoiem a construção de práticas baseadas na evidência, alinhadas com as necessidades atuais desta população. Adicionalmente, este projeto dará um contributo psicométrico. Até onde se sabe, no contexto português, há uma escassez de instrumentos validados para a população adolescente, particularmente no que respeita à avaliação integrada do florescimento e de experiências emocionais como o tédio. A validação de duas escalas no âmbito deste projeto permitirá colmatar esta lacuna, reforçando a qualidade da investigação futura e apoiando a utilização de medidas fiáveis em contextos educativos, clínicos e comunitários.

Palavras-Chave: Florescimento, Tédio, Bem-Estar, Adolescentes

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 19 - O CORPO NA CONSTRUÇÃO DA IDENTIDADE

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Sara Lima de Barros[1], Orlando von Doellinger[1]

[1]Departamento de Neurociências Clínicas e da saúde Mental da FMUP

Partindo da integração da teoria psicossocial de Erik Erikson e do modelo dos estatutos de identidade de James Marcia e incorporando, igualmente, conceitos da fenomenologia de Merleau-Ponty , da Teoria do Desenvolvimento da Corporalidade de Niva Piran e alguns outros conceitos provindos das teorizações psicodinâmicas – o esquema corporal e imagem corporal (Schilder), o Eu-pele (Anzieu), a segunda pele (Bick), o psicossoma (Winnicott) e a couraça muscular (Reich), foi nosso objetivo explorar o papel do corpo na construção da identidade de jovens adultos universitários.

Para tal foram entrevistados 28 estudantes (N=28; 50% de cada sexo) com recurso a um questionário de identidade (Ego Identity Process Questionnaire), a um instrumento de rastreio de psicopatologia (Brief Symptom Inventory) e a uma entrevista semiestruturada.

Os resultados indicaram que 50% dos participantes apresentam um estatuto de Identidade Outorgada, 25% um estatuto de Identidade Construída, 14% um estatuto de Identidade Difusa e 10,71% Estatuto de Identidade Moratória.



O corpo revelou-se importante para a identidade em diferentes dimensões, mas sobretudo no que respeita à identificação com o corpo, ao impacto na aparência nas interações sociais, ao corpo como veículo de expressão de identidade e às práticas de autocuidado.

Palavras-Chave: Corpo , Identidade , Estudantes universitários , Psicodinâmica

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 23 - QUATRO ESTAÇÕES PARA FLORESCER: REFLEXÕES MULTIDISCIPLINARES A PARTIR DE CASOS CLÍNICOS EM PSICOLOGIA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Lidia Valéria de Souza Lima[1]

[1]Agreggora Desenvolvimento Humano

O trabalho apresenta as reflexões e resultados da obra de minha autoria, **"Quatro Estações para Florescer"**. A prática da Psicologia Clínica é discutida como a arte de decodificar enigmas existenciais, onde o *setting* terapêutico atua como um "solo de cultivo". Propõe-se a utilização do caso clínico como instrumento pedagógico e terapêutico, capaz de humanizar a teoria e oferecer ao psicólogo ferramentas para mediar o desenvolvimento do sujeito. Através da metáfora das estações, explora-se o encontro entre o tempo cronológico (Cronos) e o tempo psíquico (Kairós) na constituição da identidade.

Objetivos: Apresentar a metodologia de estudo de casos desenvolvida no livro como ferramenta de formação clínica; analisar a jornada feminina da infância à maturidade, identificando como pressões sociais e diagnósticas impactam a saúde mental; e discutir a diferenciação entre **Técnicas de Manejo** e **Técnicas de Intervenção** (Arteterapia) no processo de cura.

Metodologia: Investigação qualitativa e multidisciplinar, fundamentada na Psicologia Analítica. O método estruturou-se em cinco elementos da narrativa clínica: factos (enredo), personagens (cliente e meio), tempo (história de vida), espaço (cenário familiar/social) e o papel do psicólogo como narrador-mediador. Analisa-se o acompanhamento de quatro casos reais ("As Marias"), representando fases do ciclo vital, utilizando a escuta sensível, a arteterapia e a interpretação simbólica:

Maria Rosa (Infância): Análise sobre a medicalização precoce (TDAH/Ritalina), onde a intervenção permitiu à criança expressar a sua subjetividade além do rótulo escolar.

Maria Girassol (Adolescência): Estudo da somatização (gastrite) como busca de identidade, transformando dor física em consciência emocional.

Maria Hortênsia (Plenitude): O paradoxo entre sucesso profissional e vazio afetivo, trabalhando a desconstrução de heranças geracionais.

Maria Edelweiss (Maturidade): Integração das memórias face aos primeiros esquecimentos, ressignificando a nostalgia e a gratificação pessoal.

Conclusões: A sistematização de casos clínicos reforça uma Psicologia que não se encerra em manuais estatísticos. O "florescer" é um processo contínuo de tornar-se quem se é. A partilha destas experiências visa inspirar profissionais a verem pacientes não como diagnósticos, mas como jardins a serem cultivados, reafirmando a importância da sensibilidade clínica.

Palavras-Chave: Casos Clínicos , Psicologia Analítica , Arteterapia , Manejo e Intervenção

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 25 - AJUSTAMENTO PSICOLÓGICO PÓS-DIVÓRCIO: RESILIÊNCIA, CONFLITO E CRESCIMENTO / PSYCHOLOGICAL ADJUSTMENT AFTER DIVORCE: RESILIENCE, CONFLICT AND GROWTH

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Maria Miguel Melo[1], Madalena de Carvalho[1]

[1]Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação. Universidade de Coimbra

Background: Marital dissolution is understood as a non-normative crisis that requires a complete reorganization of identity and family structure. This transition process is hampered by persistent post-divorce conflicts, which act as chronic stressors capable of compromising individuals adjustment and well-being. Resilience emerges as a key psychosocial resource, functioning as a moderating mechanism that allows for positive adaptation and emotional stabilization in the face of crisis. The literature emphasizes the possibility of post-traumatic growth, a transformative process where the intentional effort to cope with suffering in the face of adversity leads to the development of new skills, personal strength, and a renewed worldview. The trajectory of this adaptation can be shaped by variables such as the length of the marital relationship, the decision to separate, the existence or absence of children, and the configuration of parental responsibilities. **Aims:** Explore the correlations between the dimensions of post-traumatic growth, resilience, and post-divorce conflict. Analyse the associations between these constructs and family variables. **Methodology:** Quantitative study with a sample of 90 Portuguese participants over the age of 24, separated or divorced and with or without children. Data collection was carried out in physical and online formats. The subjects responded to a protocol consisting of a Sociodemographic, Family, and Complementary Data Questionnaire, the Portuguese versions of the Posttraumatic Growth Inventory and the Divorce Conflict Scale, and the Adult Resilience Scale. **Results:** A moderate positive correlation was found between post-traumatic growth and resilience, and a weak positive correlation between post-traumatic growth and post-separation/divorce conflict. We found no

statistically significant differences between the independent variables and the dimension of post-traumatic growth. Significant differences were found between the existence or absence of children with the Social Resources subscale and the decision to separate with post-separation/divorce conflict. **Conclusions:** Post-traumatic growth is driven by resilience and can emerge regardless of the intensity of post-divorce conflict. Positive adjustment depends fundamentally on the mobilization of internal and social resources, suggesting that clinical intervention should focus on individual empowerment and the promotion of adaptive skills in the face of biographical rupture.

Palavras-Chave: divorce, post-traumatic growth, resilience, conflict after divorce

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 29 - EXPERIÊNCIAS POTENCIALMENTE TRAUMÁTICAS AO LONGO DO CICLO DE VIDA: IMPACTO SUBJETIVO, QUALIDADE DE VIDA E CRESCIMENTO PÓS-TRAUMÁTICO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Alice Morgado[1]

[1]CINEICC - Universidade de Coimbra

Experiências potencialmente traumáticas (EPT) são frequentes ao longo do ciclo de vida e os seus efeitos podem estender-se para além da presença de perturbação psicológica clinicamente diagnosticável. Apesar disso, o papel das perceções subjetivas associadas à EPT continua a ser insuficientemente explorado, contrastando com os estudos clínicos em torno de sintomatologia psicopatológica, amplamente investigada. Este estudo analisou a prevalência da exposição a EPT, as diferenças desenvolvimentais e de género nas perceções subjetivas de perdas e suporte e a sua associação com a qualidade de vida (QV) e o crescimento pós-traumático (CPT).
722 participantes (411 adolescentes e 311 adultos), responderam ao Trauma Exposure Checklist e ao WHOQOL-BREF; os adultos completaram ainda o Posttraumatic Growth Inventory. Globalmente, 60% dos participantes reportaram pelo menos um EPT, verificando-se um aumento da exposição da adolescência para a idade adulta. As mulheres reportaram maior exposição do que os homens, sendo a morte de alguém próximo o tipo de evento mais frequentemente identificado.
Os resultados evidenciaram diferenças relevantes entre estádios de desenvolvimento: os adolescentes reportaram menos perdas internas do que os adultos, enquanto os adultos mais velhos apresentaram maiores perdas externas e maiores perceções de suporte. Em todos os grupos, a exposição a EPT associou-se a pior QV nos diferentes domínios avaliados. As perdas internas revelaram associações negativas consistentes com todas as dimensões da QV, emergindo como um importante preditor de pior ajustamento. O suporte percebido associou-se a melhor QV psicológica, social e ambiental, bem como a níveis mais elevados de CPT nos adultos. As perdas externas contribuíram para pior QV no domínio ambiental.
Estes resultados reforçam a relevância de integrar, na avaliação psicológica do trauma, não apenas as características objetivas de EPTs, mas também a forma como estes são subjetivamente vividos e os significados internos que assumem. Considerar as perceções de perdas e de suporte poderá aumentar a sensibilidade da avaliação do impacto psicológico e sustentar intervenções mais diferenciadas,

preventivas e desenvolvimentalmente ajustadas com vista à promoção de trajetórias positivas. Este trabalho contribui, assim, para uma compreensão mais fina do impacto dos EPT ao longo do ciclo de vida e para o desenho de respostas psicológicas mais contextualizadas e eficazes.

Palavras-Chave: trauma , qualidade de vida , desenvolvimento , crescimento pós-traumático

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 33 - PSICOTERAPIA ASSISTIDA POR PSICADÉLICOS NA PERTURBAÇÃO POR USO DE ÁLCOOL: QUE EVIDÊNCIA EXISTE? UMA REVISÃO SISTEMÁTICA E META-ANÁLISE

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Ana Nunes da Silva[1], Carla Sofia Silva[2], Margarida Santiago Santos[3], Cláudia Camilo[4]

[1]Faculdade Psicologia da Universidade de Lisboa, [2]Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, [3]Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa, [4]ISCTE, Lisboa, Portugal

A perturbação pelo uso de álcool (PUA) continua a ser um dos desafios de saúde pública mais prevalentes e nocivos a nível mundial, com os tratamentos atuais a revelarem eficácia modesta. Nos últimos anos, as terapias assistidas por psicadélicos ressurgiram como alternativas promissoras, sobretudo quando combinadas com psicoterapia. Esta revisão sistemática e meta-análise avaliou a eficácia de psicadélicos clássicos e não clássicos administrados juntamente com apoio psicoterapêutico ou psicológico no tratamento de problemas relacionados com o álcool. Em novembro de 2024 pesquisámos oito bases de dados, obtendo 1225 registos. Após a triagem e avaliação da elegibilidade, 11 estudos foram analisados qualitativamente e seis incluídos na meta-análise. Os resultados indicaram um efeito pequeno, mas estatisticamente significativo (d = 0,332; p = 0,009) a favor da psicoterapia assistida por psicadélicos face às condições de controlo, com melhorias na abstinência, redução do consumo de álcool, diminuição das taxas de recaída e redução do craving. Os ensaios com psicadélicos clássicos apresentaram resultados mistos. A psilocibina e alguns protocolos com ácido lisérgico (LSD) demonstraram benefícios, enquanto outros não evidenciaram eficácia sustentada (por exemplo, N,N-dipropiltriptamina [DPT]). As evidências para a cetamina foram mais robustas, com quatro em cinco estudos a reportarem resultados positivos significativos e duradouros, ao passo que a esketamina mostrou reduções no craving, mas não no consumo. Entre os estudos, as abordagens terapêuticas variaram, incluindo mais frequentemente a entrevista motivacional, a terapia cognitivo-comportamental e a prevenção de recaída baseada em mindfulness. A heterogeneidade nos modelos psicoterapêuticos e relato inconsistente do

contexto terapêutico (“set and setting”) salientam a necessidade de ensaios mais rigorosos e estandardizados. Globalmente, estes resultados apoiam o potencial terapêutico das intervenções assistidas por psicadélicos para a perturbação do uso de álcool, ao mesmo tempo que sublinham a necessidade crítica de clarificar o papel e a configuração ótima da psicoterapia nestes tratamentos.

Palavras-Chave: perturbação pelo uso de álcool (PUA) , Psicoterapia assistida por psicadélicos , revisão sistemática , meta-análise

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 35 - LUTO EM ADULTOS MAIS VELHOS E NECESSIDADES RELACIONAIS: DESENVOLVIMENTO DE UM PROGRAMA DE CUIDADOS EMPARELHADOS CENTRADO NA COMUNIDADE (GRIEFDIFF)

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

David Manuel Dias Neto[1], Alexandra Coelho[1], Miguel Barbosa[2], Sara Albuquerque[3]

[1]ISPA - Instituto Universitário, [2]Faculdade de Psicologia - Universidade de Lisboa, [3]Universidade Lusófona

Introdução: A perturbação de luto prolongado (PLP) afeta cerca de 10% das pessoas enlutadas e pode ser particularmente incapacitante em fases mais avançadas da vida, quando perdas cumulativas, limitações de saúde e redes sociais reduzidas aumentam a vulnerabilidade. O apoio ao luto é frequentemente reativo e de acesso desigual, e a evidência sobre intervenções diferenciadas nos cuidados com o luto é escassa. O GriefDiff avalia um modelo diferenciado e baseado na comunidade que adequa a intensidade e o formato da intervenção ao risco e às necessidades relacionais dos adultos mais velhos.

Métdodo: O GriefDiff utiliza um desenho de métodos mistos QUAN→QUAL. QUAN: um ensaio clínico aleatorizado com três braços e níveis diferenciados, em contextos comunitários nacionais. Adultos portugueses com idade ≥60 anos, enlutados há 1–11 meses, preenchem uma Ferramenta de Avaliação de Risco e a subescala de Mutualidade da Escala de Necessidades Relacionais no Luto. A aleatorização em blocos estratificados (risco × necessidades) distribui os participantes por: (1) Informação e Literacia sobre o Luto (IGLiteracy; uma sessão de grupo mais estímulos quinzenais), (2) Autoajuda Individual (ISelfHP; aplicação web para adultos mais velhos com alternativa impressa e breve orientação telefónica), ou (3) Grupos de Autoajuda Moderados (MSHGroups; grupos moderados semanais com manual). As intervenções têm a duração de 3 meses, com avaliações na linha de base, aos 3 meses (pós-intervenção) e aos 6 meses (seguimento). O resultado primário é a gravidade do luto (PG-13-R); os resultados secundários incluem depressão e ansiedade (DASS-21), métricas de adesão e monitorização de danos. QUAL: grupos focais pós-intervenção comparam as alocações emparelhados versus não emparelhados em cada intervenção.

Resultados: As análises planeadas estimarão os efeitos ajustados à linha de base, utilizando modelos de efeitos mistos, e testarão a hipótese de emparelhamento; os temas qualitativos explicarão os padrões de benefício diferencial e de adesão.

Conclusão: O GriefDiff gerará evidência pragmática para orientar percursos de cuidados ao luto escaláveis e baseados nas necessidades, para adultos mais velhos nos serviços comunitários.

Palavras-Chave: Luto , Cuidados Emparelhados , Intervenção Psicológica , Comunidade

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 36 - PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL EM CONTEXTO LABORAL: UM MODELO INTEGRADO ENTRE PSICOLOGIA CLÍNICA E ORGANIZACIONAL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Ana Filipa Rosa Ferreira Carvalho dos Santos[1], Ana Carolina Pereira Simões[1], Rodrigo Soares Pedroso Lima[1]

[1]Agitorna-Psicologia Clínica

A saúde mental no trabalho é uma questão crítica de saúde pública, com cerca de 45% dos trabalhadores europeus a fazerem referência aos fatores de risco psicossocial . Problemas como *estresse* , ansiedade e depressão causam absenteísmo e perda de produtividade, reforçando a necessidade de promover ambientes de trabalho saudáveis. Nosso estudo propõe um modelo integrado entre a psicologia clínica e organizacional, posicionando a saúde mental laboral como prioridade de saúde pública para a população ativa. O Modelo 3R (Reconhecer, Redirecionar, Reforçar), oferece uma abordagem estruturada para identificar riscos, desenvolver estratégias adaptativas e consolidar práticas seguras, promovendo o bem-estar individual e o aumento da produtividade. O objetivo é demonstrar que a saúde mental laboral não é apenas a ausência de psicopatologia, mas um estado de resiliência sistêmica que beneficia o indivíduo, a organização e a sociedade.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 41 - CARACTERIZAÇÃO DAS REFERENCIAÇÕES PARA A CONSULTA DE PSICOLOGIA NOS CSP DA ULS SÃO JOSÉ

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Elsa Maria Mourato Antunes[1], Ana Teresa de Figueiredo Freire Ferreira Rodrigues[1], Ana Margarida Vieira Ribeiro Negrão[1], Bruno Frederico Santos de Jesus Cordeiro[1], Carmen Isabel Pingarilho Espanhol Correia Arranhado[1], Isabel Maria Correia Carvalho[1], Isabel Sofia Coelho de Oliveira Coruche[1], Luís Robert Paula Nogueira[1], Maria Isabel Palmeiro Onofre Baptista Lourenço de Matos[1], Maria Margarida Miragaia Rodrigues[1], Mónica Sofia Pereira Sequeira[1], Renata Gabriela Amante Rocha Giraldo do Rosário[1], Sílvia Cristina Alves Aleixo[1], Susana Maria Ambrósio Frazão Gavancha[1], Vanessa Ferreira Raposo[1]



[1]Unidade Local de Saúde de São José

Caracterização das Referenciações para a Consulta de Psicologia nos CSP da ULS São José

A Consulta de Psicologia nos Cuidados de Saúde Primários (CSP) tem um papel determinante na promoção da saúde mental e na prevenção da doença mental, contribuindo para aumentar a qualidade de vida dos utentes, diminuindo a prescrição de psicofármacos e os custos associados à referenciação hospitalar (OPP, 2020). Dado o impacto da intervenção psicológica nos CSP, torna-se necessário compreender se os utentes são corretamente referenciados, com indicação clara do motivo do pedido, enquadramento clínico e cumprimento dos critérios estabelecidos. Este processo reduz falsas expectativas de utentes que não cumprem critérios de acesso à consulta de psicologia, promove maior equidade e contribui para a diminuição dos tempos de espera. A qualidade das referenciações é central para a organização dos cuidados e para a utilização eficiente dos recursos.

Neste sentido, a presente comunicação tem como objetivo caracterizar as referenciações para a Consulta de Psicologia nas Unidades Funcionais dos CSP da ULS São José, no ano de 2025. Pretende-se: (1) conhecer a realidade nas diferentes Unidades Funcionais e cruzar informações para avaliar eventuais diferenças entre o tipo de referenciador (Médico de Família, Médico Interno ou Médico de Recurso); (2) caracterizar as referenciações por género e faixa etária; (2) analisar o tempo de espera desde a referenciação até à resposta efetiva; (3) identificar a resposta dada às referenciações (atendidas, rejeitadas, faltas, em espera); e (4) descrever os principais motivos de referenciação.

Metodologia

Foi realizado um estudo descritivo e transversal baseado na análise de registos clínicos recolhidos do SIARS e do SClínico. Foram incluídas todas as referenciações para a Consulta de Psicologia realizadas nas 28 Unidades Funcionais da ULS São José durante o ano de 2025.

Resultados

Os resultados encontram-se atualmente em fase de tratamento e serão apresentados no Congresso.

Conclusão

Espera-se que este estudo contribua para apoiar a melhoria da organização dos cuidados, promovendo maior equidade, eficiência e qualidade na resposta em saúde psicológica no contexto dos CSP.



Ordem dos Psicólogos Portugueses. (2020). *Custos Económicos e Intervenções Psicológicas Custo-Efetivas*. https://www.ordemdospsicologos.pt/ficheiros/documentos/contributo_cientaifico_opp_impacto_saaode_mental_na_saaode_faisica.pdf [ordemdosps...cologos.pt]

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 48 - O IMPACTO DAS CRENÇAS CONSPIRATÓRIAS NAS DECISÕES RELATIVAS À SAÚDE E AOS TRATAMENTOS ALTERNATIVOS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Catarina Santos[1], Margarida V. Garrido[1], Magda Saraiva[2]

[1]Centro de Investigação e Intervenção Social, ISCTE-Instituto Universitário de Lisboa, [2]William James Center for Research, Ispa-Instituto Universitário

A disseminação crescente de desinformação em saúde, frequentemente associada a teorias da conspiração e a uma menor confiança na ciência, representa um desafio significativo para a adesão a tratamentos baseados em evidência. Neste contexto, compreender os fatores que influenciam a opção por tratamentos alternativos torna-se fundamental para promover decisões mais informadas e alinhadas com o conhecimento científico.

O presente estudo teve como objetivo investigar de que forma as crenças conspiratórias e pseudocientíficas, atitudes face à ciência e variáveis individuais como a religiosidade e a orientação política, se relacionam com as decisões relativas a tratamentos convencionais e não convencionais.

Os participantes avaliaram 16 cenários clínicos distintos, que variavam quanto aos sintomas, diagnóstico, características dos médicos (idade, género e setor de atividade) e ao tipo de tratamento proposto (convencional vs. não convencional). Após cada cenário, os participantes reportaram a probabilidade de concordarem com a proposta de tratamento apresentada. Posteriormente, foram avaliadas as suas crenças conspiratórias, crenças em pseudociência e as atitudes face à ciência.

Os resultados indicaram que níveis mais elevados de crenças conspiratórias e pseudocientíficas se associam a uma maior concordância com tratamentos não convencionais. Verificou-se, ainda, que as atitudes face à ciência desempenham papel relevante na diferenciação das escolhas terapêuticas.

Estes resultados evidenciam a importância dos sistemas de crenças na tomada de decisões em saúde, salientando a necessidade de desenvolver estratégias que

promovam a literacia científica e o pensamento crítico, visando reduzir o impacto da desinformação em contextos de saúde.

Palavras-Chave: crenças conspiratórias, pseudociência, desinformação, tratamentos alternativos, saúde.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 49 - DETERMINANTES PSICOSSOCIAIS DO USO DE MEDICINAS COMPLEMENTARES E ALTERNATIVAS NA EUROPA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Catarina Santos[1], Margarida V. Garrido[1], Magda Saraiva[2]

[1]Centro de Investigação e Intervenção Social, ISCTE-Instituto Universitário de Lisboa, [2]William James Center for Research, Ispa-Instituto Universitário

A desinformação em saúde foi identificada como um dos principais desafios globais em saúde (OMS, 2022), contribuindo para a erosão da confiança nas instituições médicas e científicas e incremento do ceticismo face a intervenções baseadas em evidência. Neste contexto, torna-se fundamental compreender os mecanismos subjacentes à tomada de decisão em contextos de saúde.

Com base nos dados da 11.ª ronda do European Social Survey (ESS11), analisaram-se preditores da utilização de tratamentos alternativos numa amostra de 46162 participantes de 28 países europeus. O recurso a medicinas complementares e alternativas (MCA) foi operacionalizado através do autorrelato de recurso a terapias como acupuntura, quiroprática, osteopatia e homeopatia. Como indicador de adesão a intervenções convencionais baseadas em evidência, foi utilizada a vacinação contra a COVID-19.

Os resultados indicam que o recurso a MCA e a hesitação vacinal partilham alguns determinantes comuns: indivíduos mais jovens, mais religiosos e com menor perceção de controlo têm maior probabilidade de apresentar ambos os comportamentos. Observam-se, contudo, padrões distintos noutras variáveis. O recurso à MCA associa-se a níveis mais elevados de escolaridade, menor satisfação com o rendimento, ao género feminino, bem como a uma melhor perceção da própria saúde e maior satisfação com os serviços de saúde. Em contraste, a hesitação vacinal associa-se sobretudo à maior satisfação com o rendimento.

Adicionalmente, a hesitação vacinal é mais provável entre indivíduos com menor confiança nas instituições, com orientação política mais à direita e que percecionam maiores barreiras no acesso a cuidados de saúde.

Estes resultados sugerem que as decisões relativas a tratamentos alternativos e convencionais assentam em configurações parcialmente distintas de determinantes psicossociais, evidenciando a natureza complexa e multidimensional da tomada de decisão em contextos de saúde, que importa compreender de forma mais sistemática.

Palavras-Chave: Decisões em saúde; Tratamentos alternativos (MCA); Hesitação vacinal; Determinantes psicossociais.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 54 - THE FEMININE HUMAN CODE™: INTELIGÊNCIA INTEGRATIVA E ADAPTAÇÃO À COMPLEXIDADE NA ERA DA INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Rita Mariño-Lourenço[1]

[1]Clínica Privada

Nas últimas décadas, o conceito de inteligência tem vindo a expandir-se para além das abordagens tradicionais centradas no quociente intelectual e na especialização. Contributos da psicologia, da teoria da complexidade e da cognição distribuída têm vindo a evidenciar a relevância de formas de funcionamento cognitivo mais integradoras, contextuais e relacionais.

Neste enquadramento, a presente comunicação propõe o conceito de *Feminine Human Code*™ como um modelo conceptual exploratório que descreve um padrão de funcionamento cognitivo caracterizado por pensamento não linear, reconhecimento de padrões, integração de múltiplas dimensões da experiência — cognitivas, emocionais e contextuais — e capacidade de navegação em sistemas complexos.

Este padrão é frequentemente observado em mulheres com perfis multipotenciais, cujas trajetórias refletem percursos não lineares, interesses diversos e elevada capacidade de articulação entre diferentes domínios do conhecimento e da experiência. À luz de modelos tradicionais, estes perfis têm sido frequentemente interpretados como dispersos; contudo, poderão representar uma forma de funcionamento particularmente adaptativa em contextos de elevada complexidade.

Num contexto marcado pela crescente integração da inteligência artificial em múltiplas áreas — com especial incidência na automatização de tarefas analíticas e especializadas — torna-se pertinente refletir sobre quais os padrões de funcionamento cognitivo humano que permanecem diferenciadores. Capacidades como a integração de perspetivas, a leitura de dinâmicas relacionais e a construção de significado em sistemas complexos assumem, neste cenário, particular relevância.

The *Feminine Human Code*™ não é apresentado como uma categoria fixa, nem como uma característica essencialista associada ao género, mas como uma hipótese conceptual que visa contribuir para a reflexão

sobre formas de inteligência humana ainda pouco exploradas nos modelos tradicionais. O conceito levanta implicações relevantes para a prática psicológica, nomeadamente ao nível da identidade profissional, da orientação vocacional e da adaptação a contextos de mudança acelerada.

Palavras-Chave: Inteligência , Identidade , Complexidade , Multipotencialidade

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 55 - BIBLIOLER-TE: LER PARA CONHECER-TE, EXPRESSAR-TE E CUIDAR-TE - ESTUDO DE MÚLTIPLOS CASOS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Aida Emília Pereira Borges[1], Maria Dulce Ramos Carvalho[2]

[1]Consultório Privado de Psicologia Clínica e Terapia Familiar, [2]Consultório Privado de Psicologia Clínica

O processo biblioterapêutico, além de promover a tolerância, o respeito e a aceitação de si e dos outros, facilita a socialização e previne o isolamento, estimula o pensamento crítico, proporciona momentos de alegria e descontração e incentiva o hábito de leitura enquanto atividade de lazer. A aplicação da biblioterapia traduz-se em vantagens para a saúde mental, tanto de utentes como das suas famílias e terapeutas, fazendo sentido enquadrá-la no portfólio interventivo das práticas profissionais (Borges et al., 2024), abrangendo todas as fases do ciclo vital. Norteada para a estimulação cognitiva de pessoas idosas, favorece a ativação de memórias, mobiliza a interação social e promove o cuidado em saúde (Freitas, 2026).

O título *BiblioLER-Te: Ler para conhecer-te, expressar-te e cuidar-te,* comunica todo o ciclo do processo mediado pela literatura em torno de 3 eixos essenciais no envelhecimento ativo: a introspeção (*conhecer-te*), a comunicação para o exterior (*expressar-te*) e o bem-estar atingido (*cuidar-te*), num contexto terapêutico (*-Te*, de terapia) onde a pessoa pode identificar-se (consciencialização), expressar-se (dar voz a emoções e memórias autobiográficas) e cuidar-se (estimulação cognitiva, apoio emocional e estratégia não farmacológica para a saúde mental), garantindo dignidade e esperança a quem cuida e é cuidado.

Propomos um estudo qualitativo de âmbito exploratório, com metodologia de múltiplos casos, dirigido a idosos institucionalizados em Santa Casa da Misericórdia da zona centro do país, com sintomas ansiosos e depressivos e que saibam ler e escrever, acautelados os procedimentos éticos.

Projetamos um total de 6 sessões de 45minutos, com 3 fases: a) leitura do texto em voz alta; b) aplicação de questionário; c) Reflexão estruturada, individual ou em grupo, mediada pelas investigadoras.

Os instrumentos de colheita de dados incluem: 1) Questionário com 4 questões abertas, prevendo-se 10’ para o autopreenchimento; 2) Dados do processo clínico (tabela Excel); 3) Dados observacionais: manifestações físicas, cognitivas e emocionais do idoso durante a sessão (grelha de observação).

Os dados qualitativos serão analisados recorrendo à técnica de análise de conteúdo de Bardin (2022).

Esperamos que este estudo reforce os resultados de outras investigações, em benefício dos idosos a quem se dirige. Porque “Há palavras que nos beijam/como se tivessem boca. /Palavras de amor… / … de esperança louca.” (Alexandre O’Neill, in *No Reino da Dinamarca*).

Palavras-Chave: Biblioterapia. Geriatria. Expressar. Cuidar.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 57 - SCOPING REVIEW SOBRE O PAPEL DA AUTOCOMPAIXÃO E AUTOCRITICISMO NA SINTOMATOLOGIA BORDERLINE NA POPULAÇÃO ADULTA E ADOLESCENTE

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Priscyla Costa[1], Daniel Seabra[2], Kátia Sá[1], Diogo Carreiras[1]

[1]Instituto Superior Miguel Torga, [2]Universidade Lusófona- Centro Universitário de Lisboa

A Perturbação Borderline da Personalidade é uma perturbação caracterizada por uma profunda instabilidade emocional, comportamentos impulsivos, sentimentos crónicos de vazio e padrões relacionais e internos maladaptativos. O presente trabalho teve como objetivo realizar uma scoping review sobre a relação entre autocompaixão, autocriticismo e sintomatologia borderline em adolescentes e adultos. Procurou-se ainda analisar os efeitos longitudinais destas variáveis, bem como identificar os principais instrumentos utilizados para a sua avaliação. Dos 238 artigos identificados inicialmente, 14 cumpriram os critérios de inclusão. Os estudos analisados revelam, de forma consistente, uma associação negativa entre autocompaixão e sintomas borderline ($-.45 < r < -.60$) e uma associação positiva e forte entre autocriticismo e severidade sintomática ($\beta = 0.58$; $p < .01$). Verificou-se ainda uma redução significativa dos níveis de autocriticismo após intervenções focadas na compaixão e mindfulness. Estes padrões são semelhantes em populações adultas e adolescentes. Evidência longitudinal sugere que a autocompaixão atua como fator protetor, enquanto o autocriticismo constitui fator de risco para a evolução da sintomatologia borderline. Os instrumentos mais frequentemente utilizados foram BSL-23, SCS e FSCRS. A literatura evidencia maior foco na relação entre autocompaixão e sintomatologia borderline do que no papel do autocriticismo. Os resultados são congruentes na indicação de que processos de relação interna influenciam significativamente a expressão e evolução de sintomas borderline em diferentes grupos etários.

Resumo Completo (Ficheiro)



PO 60 - EHEALTHYCOUPLES: CO-DESIGN DE UM JOGO MÓVEL PARA PREVENÇÃO DA VIOLÊNCIA NO NAMORO COM ADULTOS EMERGENTES

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Ana Cristina Gama Saial[1], Alda Portugal[2], Élvio Rubio Gouveia[3], Beatriz Jardim Peres[4], Miguel Campos[5], Ana Paula Relvas[6]

[1]Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação, Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal; Instituto de Tecnologias Interativas, LARSyS, Madeira, Portugal, [2]Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal; Centro de Estudos Sociais, Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal, [3]Faculdade de Ciências Sociais, Departamento de Educação Física e Desporto, Universidade da Madeira, Madeira, Portugal; Instituto de Tecnologias Interativas, LARSyS, Madeira, Portugal;, [4]Instituto de Tecnologias Interativas, LARSyS, Madeira, Portugal, [5]WowSystems Informática Lda., [6]Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação, Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal; Centro de Estudos Sociais, Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal

A violência no namoro (VN) constitui um problema significativo de saúde pública com impactos significativos para os indivíduos, as famílias e a sociedade. Apesar do potencial dos jogos digitais enquanto abordagem utilizada para questões de saúde mental e comportamental, pouco se sabe sobre a sua aplicação a temas sensíveis como a VN, especialmente quando se dirigem a adultos emergentes e desenvolvidos com a sua participação ativa. O presente estudo teve como objetivo explorar as perspetivas de adultos sobre o design de um jogo móvel para a prevenção da VN. Recorrendo a uma abordagem de co-design, foram realizadas duas sessões com 9 adultos emergentes (23-29 anos), dos quais 56% eram do sexo masculino (n=5) e 44% do feminino (n=4). Utilizámos um questionário para recolher dados sociodemográficos e as sessões foram facilitadas através de um guia de entrevista semiestruturado, que incluía perguntas sobre a narrativa, personagens, mecânica do jogo, gamificação, envolvimento emocional, som e cores. Através de uma análise qualitativa, os resultados revelam que os adultos emergentes valorizam três temas principais: i) conceptualização das personagens e enquadramento contextual; ii) arquitetura narrativa e mecânicas de jogo; e iii) envolvimento emocional e potencial preventivo. Os participantes valorizaram personagens simbólicas e realistas, incluindo redes de apoio e referências a situações de violência, bem como narrativas interativas com múltiplos finais, episódios interligados e integração de testemunhos reais e dados estatísticos. Ao nível das mecânicas de jogo, destacaram uma progressão não linear, escolhas com impacto na evolução das personagens, desafios, missões e gamificação para manter o envolvimento. No eixo emocional, a empatia emergiu como objetivo central, acompanhada de sentimentos como frustração, tristeza e esperança, considerados relevantes para promover reconhecimento de sinais de alerta, reflexão crítica e intenção de mudança. Em termos de implicações, o estudo sugere que futuras intervenções digitais para prevenção da VN devem combinar complexidade narrativa, envolvimento do jogador e objetivos educativos explícitos, de modo a equilibrar a seriedade temática e o envolvimento lúdico e contribuir para o desenvolvimento de ferramentas de prevenção mais ajustadas às necessidades dos adultos emergentes.

Além disso, este trabalho gera recomendações de design para jogos móveis de prevenção da VN criados pelos próprios utilizadores.

Palavras-Chave: Prevenção da violência no namoro , Adultos emergentes , Jogos móveis , Co-design

PO 61 - SE NÃO SOU UMA MULHER, QUEM SOU EU?VIVÊNCIA DA FERTILIDADE, SATISFAÇÃO SEXUAL E IDENTIDADE EM MULHERES APÓS O CANCRO GINECOLÓGICO - ESTUDO QUALITATIVO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Neuza Duarte[1], Lisa Roque[1], Paulo Ferrajão[1]

[1]Universidade Europeia

O cancro ginecológico afeta milhares de mulheres, em todo o mundo, anualmente e contribui para mortalidade e morbilidade associadas ao cancro. O cancro ginecológico apresenta inúmeras consequências físicas, nomeadamente dor, fadiga, menopausa induzida, incontinência, entre outros, mas também apresenta consequências psicológicas, como na sua perceção da identidade, perceção de fertilidade, e até no remete para a expressão e satisfação sexual. Considerando os avanços e recursos de tratamento, e consequente aumento das taxas de remissão e sobrevivência, a literatura tem identificado uma necessidade de estudar e intervir junto de sobreviventes do cancro ginecológico. Adicionalmente, a literatura tem dado ênfase ao funcionamento sexual e capacidade reprodutiva da mulher, existindo uma lacuna na compreensão da sua reconstrução da identidade e satisfação sexual. Para além disso, algumas investigações no âmbito da vivência da fertilidade revelam resultados inconsistentes, principalmente na fase de sobrevivência. Este estudo, integrado num projeto de doutoramento, tem como objetivo, explorar as perceções em torno da fertilidade, satisfação sexual e identificar em mulheres durante a fase de remissão, follow-up ou sobrevivência do cancro ginecológico, integrando subjetivamente as experiências de cancro ginecológico, compreendidas para além de expectativas sociais e resultados médicos.
A entrevista semi-estruturada será elaborada a partir do modelo COM-B e, posteriormente, os dados serão analisados com recurso à ferramenta MaxQda.

Palavras-Chave: cancro ginecológico , perceção de fertilidade , perceção de identidade , satisfação sexual

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 67 - CONTINUAR A SER MÃE E PAI APÓS O DIVÓRCIO. O QUE DIZ A INVESTIGAÇÃO?

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Beatriz Sousa[1], Madalena de Carvalho[1]

[1]Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra



A dissolução conjugal é um processo multidimensional e complexo, marcado por uma crise não normativa e imprevisível, que exige uma reorganização relacional, estrutural e emocional por parte de todos os elementos do sistema familiar. A investigação tem evidenciado, contudo, que o impacto da separação no funcionamento familiar não depende apenas da rutura em si, mas sobretudo da forma como os progenitores exercem a (co)parentalidade após a separação conjugal. Nesse sentido, a coparentalidade tem sido conceptualizada como um subsistema autónomo, distinto da conjugalidade, assente em dimensões como a cooperação, o conflito e a triangulação.

A literatura tem evidenciado de forma consistente que níveis elevados de conflito coparental estão associados a menor cooperação entre os progenitores, maior envolvimento dos/as filhos/as nas dinâmicas parentais e piores indicadores de ajustamento psicológico e bem-estar nos elementos da família, nomeadamente nos/as filhos/as. Em contrapartida, relações coparentais mais cooperantes, com base numa comunicação funcional e limites mais claros entre os subsistemas conjugal e parental, tendem a constituir um fator de proteção na adaptação dos/as filhos/as à separação. A investigação aponta ainda para a relevância de variáveis como a tomada de decisão da separação, o tempo decorrido após a rutura, o recasamento e a reorganização das configurações familiares, embora nem sempre de forma consensual.

O presente trabalho sintetiza os principais contributos da investigação sobre coparentalidade e conflito após o divórcio, enquadrando-os num estudo empírico realizado com progenitores separados/divorciados. Os resultados obtidos confirmam a associação entre conflito pós-divórcio e pior qualidade da coparentalidade, mas não corroboram integralmente algumas diferenças descritas na literatura relativamente a variáveis sociodemográficas e familiares. Defende-se, por isso, a necessidade de aprofundar o conhecimento acerca desta área com maior atenção à diversidade dos contextos familiares e às especificidades da população portuguesa.

Palavras-Chave: Divórcio , Separação , Coparentalidade , Conflito

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 68 - AMOR E DESEJO DE SI: A AUTO-FETICHIZAÇÃO NO NARCISISMO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Claire SENTANDREU[1], Isabel DUARTE[2], Romuald JEAN-DIT-PANNEL[1]

[1]Universidade Marie e Louis Pasteur, Laboratório de Psicologia (UR 3188), [2]Hospital Lusíadas Amadora

Propomo-nos abordar uma prática clínica junto de mulheres trans em situação de prostituição em França. Compreendemos a prostituição como um espaço paradoxal na economia psíquica do sujeito. Embora inegavelmente exposta a certas formas de violência, dominação e mercantilização do corpo, pode constituir um cenário onde se reproduzem certas modalidades de reconhecimento. O olhar desejante do outro, a validação do género ou ainda o valor económico atribuído ao corpo, podem ser investidos, como tantas confirmações identitárias que vêm sustentar o narcisismo do sujeito. Assim, a prostituição pode

funcionar como um dispositivo relacional onde o corpo se torna um mediador privilegiado do relacionamento com o Outro. Podendo inscrever-se numa dinâmica em que a procura de amor e reconhecimento ocupa um lugar central na economia libidinal. Para alguns, esta procura parece articular-se com processos de auto-fetichização do corpo: este tende então a tornar-se o principal suporte do valor narcísico, ou mesmo uma espécie de prótese identitária destinada a sustentar a autoimagem face a fragilidades narcísicas mais antigas. Exploramos estas questões em Maxine, uma mulher trans de 31 anos, inserida num programa social de acompanhamento de pessoas em situação de prostituição. Encaminhada para acompanhamento psicológico devido a um estado de humor depressivo, ansiedade intensa, distúrbios do sono e consumo de drogas. Mostra-se particularmente inibida na relação clínica e a sua história evidencia um isolamento social acentuado, laços relacionais instáveis e uma atividade de prostituição presente há cerca de dez anos. Esta parece constituir simultaneamente uma fonte de subsistência e uma forma de encontro com o outro, permitindo romper temporariamente com uma experiência de solidão e abandono. O consumo de substâncias surge, como uma tentativa de regular certos afetos dolorosos, mas também, como um meio de promover movimentos de desafetação ou dissociação durante as relações sexuais. Para compreendermos as suas dinâmicas psíquicas e relacionais, foram realizados testes projetivos Rorschach e do TAT que permitiram explorar as dinâmicas narcísicas, as formas de procura de amor e os processos de auto-fetichização do corpo. Contribuindo para esclarecer a hipótese de que o corpo poderia funcionar como um suporte fetichizado destinado a sustentar uma identidade feminina vivida como frágil e a colmatar uma falha narcísica cuja origem parece estar enraizada nas primeiras na infância.

Palavras-Chave: Amor , Prostituição , Projectivos , Narcisismo

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 70 - TRADUÇÃO E VALIDAÇÃO PSICOMÉTRICA DA MODIFIED DIFFERENTIAL EMOTIONS SCALE (MDES) PARA DOCENTES DA EDUCAÇÃO SUPERIOR EM PORTUGAL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Cassandra Oliveira[1], Joana Cruz[1], Richard Inman[2]

[1]Universidade Lusíada do Porto - CIPD, [2]Universidade do Porto, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

Os docentes/investigadores da Educação Superior enfrentam exigências profissionais elevadas, associadas a carga laboral intensa, pressão por produtividade e competitividade, fatores relacionados com desgaste emocional e problemas de saúde mental, com impacto no seu funcionamento e desempenho. Para promover condições de trabalho e intervenções eficazes, é necessário compreender os mecanismos psicológicos subjacentes ao bem-estar, nomeadamente o papel das emoções. As emoções positivas têm-se revelado importantes na construção de recursos pessoais duradouros. Assim, torna-se fundamental avaliar a experiência de emoções positivas e negativas, um indicador central do bem-estar destes profissionais. Apesar de existirem instrumentos validados em português, como o PANAS, apresentam limitações, incluindo itens que não correspondem a emoções, omissão de emoções básicas, predominância de estados de alta ativação e conteúdo culturalmente específico, comprometendo a avaliação completa do bem-estar emocional. Estas limitações reforçam a necessidade de instrumentos teoricamente robustos e culturalmente adaptados.

O presente estudo tem como objetivo traduzir e validar para a população portuguesa a *Modified Differential Emotions Scale* (mDES; Fredrickson et al., 2003), avaliando as suas propriedades

psicométricas numa amostra de docentes/investigadores da Educação Superior em Portugal. Pretende-se analisar a estrutura fatorial, a consistência interna e a validade externa. O mDES avalia a frequência de emoções positivas e negativas nas últimas duas semanas, através de 20 itens, numa escala tipo Likert de 5 pontos.

O processo de tradução seguiu recomendações internacionais para adaptação intercultural de instrumentos, incluindo tradução independente, síntese, retrotradução cega, revisão por especialistas e reflexão falada com participantes da população-alvo. A amostra é constituída por docentes/investigadores da Educação Superior recrutados no âmbito do Centro para a Excelência e Inovação Pedagógica - Pedagogia XXI.

Neste poster serão apresentados os resultados da análise fatorial confirmatória e de consistência interna do instrumento. Espera-se confirmar a validade e fiabilidade do instrumento, contribuindo para a disponibilização de uma medida robusta das emoções no contexto da educação superior em Portugal.

Palavras-Chave: Validação psicométrica; Bem-estar; Emoções; Educação Superior

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 74 - PSICOLOGIA CLÍNICA VS NEUROACUPUNTURA NA PATOLOGIA DO SONO E DOR.

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Joaquim Caldas[1]

[1]Joaquim Caldas

A neuroacupuntura é uma terapêutica recomendada pela Organização Mundial de Saúde, no tratamento dos distúrbios mentais, é inócua, eficaz e de baixo custo. O psicólogo clínico se depara com diferentes quadros de sofrimento mental, podendo utilizar como recurso a neuroacupuntura para recuperação rápida dos quadros clínicos, independentemente de sua etiologia. Neste sentido, o objetivo do presente trabalho é apresentar a neuroacupuntura e os seus resultados no tratamento de distúrbios mentais, como sono, dor, depressão, ansiedade, adições entre outros. A neuroacupuntura é uma especialidade da (MTC) Medicina Tradicional Chinesa, também designada como auriculoterapia, cujo sucesso tem sido apresentado através de evidências científicas internacionais. Em Portugal observa-se uma crescente acessibilidade ao nível dos serviços privados e públicos como dos utilizadores. A regulamentação da formação do ensino superior, pelo ministério da saúde, a direção geral da saúde e outras instituições que regulamentam a área da saúde, confirmam e promovem em lei, o exercício profissional regulamentado das (TNC) terapias não convencionais. Numa perspectiva anotoma fisiológica, a neuroacupuntura, usa o sistema neurobiológico e suas estruturas corticais, no sistema límbico, hipófise, tálamo e zonas motoras (Broca) e compreensão (Wernike). A neuroacupuntura usa o pavilhão auricular, este possui uma rede complexa de terminações neurobiológicas e pontos cartografados, que estão intimamente conectados com a rede neuronal cerebral. A estimulação destes pontos cartografados, gera homeostasia em toda a rede neuronal, promovendo a regulação dos diferentes neurotransmissores (serotonina, melatonina, ocitocina e outros) com impacto no bem estar do cliente. A psicologia clínica, com suas metodologias e estratégias psicoterapêuticas específicas e científicas quando coadjuvada e articulada pela neuroacupuntura, obtém melhores resultados terapêuticos. Na perspectiva conceitual o psicólogo fornece as melhores opções terapêuticas, cumprindo seu compromisso com uma prática de excelência no interesse e bem estar do cliente.

Palavras-Chave: sono, neuroacupunctura, dor, depressão

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 83 - SUPPORTING ADOPTIVE PARENTS IN POST-ADOPTION: ACCEPTABILITY AND PRELIMINARY EFFECTS OF THE ADOPTMINDFUL2CARE® PROGRAM

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Bárbara Caetano[1], Ana Luz Chorão[1], Stephanie Alves[2], Maria Cristina Canavarro[1], Raquel Pires[1]

[1]Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo-Comportamental, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, [2]Universidade Lusófona, HEI-Lab: Laboratórios Digitais de Ambientes e Interações Humanas

Background: There is a global need to develop psychological interventions for adoptive parents targeting parental well-being (lower levels of parenting stress) and positive parenting. Research on mindful parenting interventions in non-adoptive parents suggests positive effects on these outcomes; however, evidence among adoptive parents remains scarce. To address this gap, we developed AdoptMindful2Care®, a group-based, face-to-face mindful parenting intervention consisting of eight weekly sessions. This study aimed to assess the acceptability of AdoptMindful2Care® program and its preliminary effects on primary (parenting stress) and secondary outcomes (e.g., mindful parenting).
Methods: A single-arm pre- and post-intervention study was conducted with 20 adoptive parents reporting moderate to high parenting stress levels. Participants had to have at least one adopted child aged 2 to 17. Self- and hetero-reported measures were completed pre- and post-intervention to assess outcomes.
Results: Seventeen participants completed the program. No significant changes were found in parenting stress, depressive symptoms, emotion regulation, self-compassion, and mindfulness. However, most parents reported increased parenting confidence, reduced perceived stress, and clear benefits from participation. Adoption-related examples were identified as the most important intervention content. Significant pre-post improvements were observed in mindful parenting, anxiety symptoms, positive mental health, and parents' perceptions of children's emotional and behavioral difficulties.
Discussion: Findings suggest that AdoptMindful2Care® is a highly acceptable post-adoption intervention. Although parenting stress did not significantly decrease, this may be related to the small sample size and lack of a comparator condition. Improvements in mindful parenting highlight the relevance of integrating mindful parenting principles into adoption-specific interventions. The value attributed to adoption-related content further underscores the importance

of tailored post-adoption support. These results inform future refinements of the program and support the need for a randomized controlled trial to evaluate its efficacy.

Palavras-Chave: adoptive parents , post-adoption speacialized support , acceptability , preliminary effects

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 84 - VALIDAÇÃO DA ESCALA DE STRESSE INTRAMINORITÁRIO EM PORTUGAL: IMPLICAÇÕES PARA A SAÚDE MENTAL EM MINORIAS SEXUAIS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Daniel Seabra[1], Ângela Costa[1], Francisca Abelheira[2], Sérgio A. Carvalho[2]

[1]Universidade Lusófona, [2]Universidade de Coimbra

A marginalização intragrupal refere-se à rejeição, ostracismo ou exclusão de pessoas por parte dos seus pares quando estes não cumprem os padrões normativos do grupo. No caso das minorias sexuais, este fenómeno manifesta-se sob a forma de Stresse Intraminoritário (SI), que inclui dimensões associadas ao sexo, o estatuto, competição social e a exclusão da diversidade. É considerado um stressor adicional, com impacto potencialmente negativo na saúde mental e sexual. Em Portugal, verifica-se uma lacuna na existência de instrumentos que avaliem este construto, bem como na investigação sobre o seu impacto. Este trabalho tem como objetivo analisar as características psicométricas da Escala de Stresse Intraminoritário, bem como examinar de que forma os seus diferentes componentes predizem indicadores de saúde mental e sexual. Participaram 320 pessoas de minorias sexuais, que responderam a questionários de autorresposta online e os dados foram analisados com recursos ao JASP e SPSS. Relativamente à estrutura fatorial, a Análise Fatorial Confirmatória suportou um modelo de segunda ordem composto por 4 fatores (sexo, estatuto, competição social e exclusão da diversidade), apresentando bons índices de ajustamento ($N\chi^2 = 2.67$; CFI = .92; TLI = .92; RMSEA = .07). As análises correlacionais evidenciaram associações estatisticamente significativas do SI com consciência do estigma, vergonha relacionada com a orientação sexual e psicopatologia. A comparação entre níveis normativos e clinicamente significativos de psicopatologia, as regressões logísticas e análises da curva de ROC evidenciaram uma elevada capacidade discriminativa do SI, permitindo a identificação de pontos de corte com boa sensibilidade e especificidade para a ansiedade e stresse. Por fim, as análises de regressão indicaram que diferentes componentes do SI predizem

diferencialmente indicadores de psicopatologia. Em conclusão, os resultados sustentam a validade e utilidade da Escala de Stresse Intraminoritário na população portuguesa, evidenciando o seu papel relevante na identificação de risco psicopatológico e no aprofundamento da compreensão dos determinantes da saúde mental em pessoas de minorias sexuais.

Palavras-Chave: Stresse intraminoritário , Psicometria , Minorias sexuais

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 88 - PARENTALIDADE BASEADA NAS FORÇAS: DA TEORIA À PRÁTICA COM O PROGRAMA DE INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA EM GRUPO "FORÇAS EM FAMÍLIA"

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Carla Fonte[1], Maria Pinto[1]

[1]Universidade Fernando Pessoa - Faculdade de Ciências Humanas e Sociais

A intervenção psicológica com famílias tem evoluído de um modelo focado no défice para uma abordagem centrada nos recursos e competências. Inserido no projeto de investigação mais alargado STrenghParents, o programa "Forças em Família" surge como uma resposta estruturada de intervenção em grupo, fundamentada na Psicologia Positiva (Adler & Seligman, 2016) e no modelo de parentalidade baseada nas forças (*Strength-Based Parenting*). Esta abordagem foca-se na identificação e desenvolvimento das forças de carácter dos pais e dos filhos, visando promover o ajustamento psicossocial e o bem-estar familiar (Waters, 2015).

Neste âmbito apresenta-se a estrutura do programa que é composto por seis sessões dinâmicas que abordam temas cruciais: a descoberta das forças de caráter (Niemiec, 2019), a comunicação positiva, a regulação emocional e a gestão de conflitos através de uma lente baseada nos recursos. A metodologia privilegia a partilha de experiências e a aplicação prática de estratégias que reforçam a autoeficácia parental e a qualidade da relação pais-filhos.

Para os profissionais de psicologia, o valor deste programa poderá ser transversal para aplicação em diversos contextos e populações. Ao fornecer ao psicólogo/a uma ferramenta validada que potencia o florescimento humano, o "Forças em Família" permite uma intervenção preventiva e promotora de saúde mental, essencial para mitigar o impacto de contextos de stresse ou vulnerabilidade. A adoção desta perspetiva permite ao profissional de psicologia atuar como um facilitador do potencial familiar, oferecendo uma alternativa robusta às abordagens tradicionais. Os primeiros resultados de aplicação deste programa demonstraram que melhorias nos níveis bem-estar dos cuidadores, constituindo-se assim como um fator protetor fundamental para o desenvolvimento saudável de crianças e adolescentes.

Palavras-Chave: Parentalidade Baseada nas Forças; Psicologia Positiva; Intervenção em Grupo; Bem-estar Familiar.



Resumo Completo (Ficheiro)

PO 95 - PREDICTING PROLONGED GRIEF REACTIONS: DEVELOPMENT AND STUDY OF A PRAGMATIC SCREENING TOOL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Beatriz Trigo[1], Alexandra Coelho[1], Sara Albuquerque[2], Miguel Barbosa[3], Beatriz Solipa[1], David Neto[1]

[1]APPsyCI—Applied Psychology Research Center Capabilities & Inclusion, ISPA—Instituto Universitário, [2]InLuto—Associação Portuguesa de Cuidados Integrados no Luto, [3]HEI-Lab: Digital Human-Environment Interaction Labs, Lusófona University

Early identification of individuals at-risk of developing Prolonged Grief Disorder enables preventive intervention; however, existing assessment measures are less well-suited for brief, broad-based screening in community settings. This study aimed to develop and conduct a preliminary validation of the Prolonged Grief Screening Tool (PGST), a brief checklist designed to assess risk indicators (guilt, anger, perceived proximity to the deceased, co-occurring stressful life events, and perceived coping ability) associated with elevated grief symptomatology. Data were collected via an online survey from a community sample of adults in Portugal (N=561). Participants answered sociodemographic questions and the PGST *at baseline,* and the *Prolonged Grief Disorder-13-Revised scale (PG-13-R-R) at baseline and at a six-month follow-up.* A hierarchical regression model accounted for a considerable amount of variance in grief symptomatology. ROC analysis demonstrated a moderate discriminatory capacity. The PGST predicted PG-13-R-R scores at baseline, but not at the six-month follow-up. Implications and limitations are discussed.

Palavras-Chave: grief symptomatology , prolonged grief disorder , risk stratification , predictive assessment

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 99 - MINDFUL PARENTING AND CHILDREN'S ADJUSTMENT IN ADOPTIVE FAMILIES: THE ROLE OF PARENTS' POSITIVE MENTAL HEALTH AND PARENTING STRESS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Matilde Paulo Rato[1], Maria Cristina Canavarro[1], Raquel Pires[1]

[1]Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo-Comportamental, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra

Parental mental health plays a central role in shaping both parenting processes and child developmental outcomes. Although mindful parenting has been increasingly linked to both parental well-being and child adjustment, the pathways through which these effects unfold, particularly via adoptive parents' positive

mental health and parenting stress, are not yet fully understood. Understanding these underlying mechanisms enhances our ability to tailor parenting programs to the unique needs of adoptive families.

This cross-sectional study aimed to explore the association between adoptive parents' mindful parenting and adoptive children's emotional and behavioral difficulties, while examining the mediating role of adoptive parents' positive mental health and parenting stress in this relationship, and to explore the extent to which the abovementioned associations differ from those observed in nonadoptive families.

A sample of Portuguese adoptive parents (*n* = 377) and nonadoptive parents (*n* = 355) of children aged between 2 and 17 years old was collected through an online self-report survey. Serial mediation models showed that adoptive parents' mindful parenting was negatively associated with adoptive children's emotional and behavioral difficulties. This association was found to be serially mediated by higher levels of positive mental health and lower levels of parenting stress. Moderated mediation analyses suggested that the type of family (adoptive or nonadoptive) differentially moderates the direct and indirect pathways linking mindful parenting and children's emotional and behavioral difficulties, with a significantly stronger indirect effect (via positive mental health and parenting stress) in nonadoptive families. In adoptive families, this association was found to be significantly stronger in the direct pathway, while preserving the significance of the mediating mechanisms.

These findings contribute to a better understanding of the role adoptive parents' mindful parenting practices, through parental mental health, might have on adoptive children's postplacement emotional and behavioral difficulties. They add new information for planning postadoption parenting interventions aimed to foster positive parent-child relationships and the well-being of families challenged by adoption circumstances.

Palavras-Chave: mindful parenting , positive mental health , parenting stress , adoptive children's outcomes

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 102 - INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA EM CONTEXTO DE CATÁSTROFE: RESPOSTA INTERINSTITUCIONAL ÀS CHEIAS NO LITORAL ALENTEJANO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Margarida Portugal Mota[1], Sónia Cunha, Joana Faria Anjos, Ana Márcia Oliveira, Marta Santos, Denisa Gonçalves[2]

[1]INEM, [2]INEM/ ULS LA

No início de 2026, o sul de Portugal foi afetado por fenómenos hidrometeorológicos extremos que originaram cheias de grande magnitude na bacia do rio Sado, com particular impacto em Alcácer do Sal. As trajetórias de recuperação em contextos de catástrofe variam significativamente. A ausência de respostas estruturadas e integradas em saúde mental em emergência está associada a maior risco de perturbação psicológica persistente, aumento de desigualdades e fragilização do capital comunitário. Esta comunicação tem como propósito descrever e analisar a resposta interinstitucional em contexto de catástrofe, identificando fatores críticos de eficácia e principais lições aprendidas. Foram mobilizadas equipas do INEM, da Bolsa de Intervenção Psicológica em Catástrofe da OPP, profissionais da ULS Litoral Alentejano, estruturas autárquicas, ISS e CVP. O enfoque centra-se na intervenção

psicológica e social em crise, destacando a articulação operacional e a coordenação interinstitucional. O plano foi ativado a 6 de fevereiro pela ANEPC. Numa fase inicial, procedeu-se à avaliação rápida de necessidades e à intervenção psicológica em ZCAP, incluindo triagem psicossocial, estabilização emocional e avaliação de risco. Com a evolução do evento, a intervenção foi alargada a populações isoladas devido a ruturas de comunicação e aumento da vulnerabilidade psicossocial. Para além de Alcácer do Sal, foram afetados municípios como Santiago do Cacém e Odemira, exigindo reforço de equipas no terreno. As populações vulneráveis apresentaram maior risco de impacto psicossocial. Neste enquadramento, o Despacho n.º 7059/2018 de 25 de Julho mantém relevância como modelo de resposta em saúde mental no SNS, no âmbito do SIEM e coordenação com o SGO. A articulação operacional demonstrou eficácia, com sinergias relevantes entre entidades. Foram realizadas 343 intervenções presenciais e 171 à distância, bem como 38 reuniões de coordenação interinstitucional. Foram disponibilizadas ações psicoeducativas para profissionais, centradas na regulação emocional, comunicação empática e prevenção de burnout. Paralelamente, foi realizado rastreio telefónico a profissionais do INEM expostos ao evento, para identificação de stress agudo e mapeamento de necessidades. Os resultados reforçam a importância de respostas integradas e interinstitucionais em catástrofes, destacando a coordenação operacional, a identificação precoce de risco e a formação conjunta como fatores críticos de eficácia.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 103 - O ENSINO DE PSICOFARMACOLOGIA NOS CURSOS SUPERIORES DE PSICOLOGIA: DADOS DO ANO LETIVO 2025/2026

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Daniel Ruivo Marques[1], Marta Parreira[2], Hugo Canas-Simião[3], Aida Figueiredo[4], Isabel M. Santos[5]

[1]Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro, [2]NeuroGime, Clínica de Neurorreabilitação, [3]Serviço de Psiquiatria, Serviço Regional de Saúde da Região Autónoma da Madeira (SESARAM, EPERAM), [4]Centro de Investigação de Formação de Formadores (CIDTFF), Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro, [5]William James Center for Research, Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro

Cada vez mais, no exercício da sua atividade profissional, os psicólogos são confrontados com clientes que estão, ou virão a estar, medicados com psicofármacos. Esta realidade torna particularmente relevante que os psicólogos disponham de conhecimentos em psicofarmacologia que apoiem a avaliação, a formulação clínica, a psicoeducação e o trabalho em articulação com outros profissionais de saúde, nomeadamente médicos das áreas de psiquiatria e de medicina geral e familiar. O presente estudo visa atualizar uma investigação conduzida anteriormente (Leite et al., 2022) acerca da oferta formativa em psicofarmacologia nos cursos de Licenciatura e Mestrado em Psicologia em Portugal, identificando unidades curriculares (UCs) especificamente dedicadas ao tema. Nesse sentido, foi realizada uma análise dos currículos das Licenciaturas e Mestrados em Psicologia do país, com base nos dados do ano letivo de 2025/2026. Em comparação com anos anteriores, observa-se um cenário globalmente estável: algumas UCs foram descontinuadas e outras integradas na oferta, sem alteração substantiva da representação global da área. Entre 114 cursos analisados (32 Licenciaturas e 82 Mestrados), identificaram-se 13 UCs de psicofarmacologia, maioritariamente em Mestrados (12 de Mestrado e 1 de Licenciatura). As UCs são, em geral, semestrais, num

total de 9 opcionais e 4 obrigatórias, apresentando variabilidade quanto ao tipo de instituição (5 UCs em instituições públicas e 8 em privadas), carga de trabalho (2,5–6 ECTS) e área científica do docente responsável pela UC (8 de Medicina; 5 de Psicologia). Ainda assim, a formação específica nesta área mantém-se pouco representada nos currículos analisados. É importante que as instituições de ensino superior reflitam sobre a pertinência de reforçar a formação em psicofarmacologia nos planos curriculares dos cursos de Psicologia, face aos desafios atuais da intervenção psicológica.

Palavras-Chave: psicofarmacologia , psicologia , formação , Ensino Superior

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 112 - IMPACTO DO DIVÓRCIO LITIGIOSO DOS PAIS NUMA AMOSTRA DE ADULTOS: VITIMAÇÃO NA INFÂNCIA, RESILIÊNCIA E RELAÇÕES DE PROXIMIDADE.

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Daniela Alexandra Figueiredo Conceição[1], Telma Catarina Almeida[2]

[1]Egas Moniz School of Health & Science, [2]Egas Moniz Center for Interdisciplinary Research (CiiEM); Egas Moniz School of Health & Science

Enquadramento:O divórcio parental em contexto litigioso constitui uma experiência adversa para os filhos menores de idade. Neste sentido, pode ter consequências que perduram, influenciando a vida adulta no que concerne às relações interpessoais, à experiência das emoções e à satisfação com a vida. Esta experiência pode também comprometer o desenvolvimento de recursos internos, nomeadamente a resiliência, importante ao longo do ciclo de vida.**Objetivos**: O presente estudo teve como objetivo analisar a relação entre experiências adversas na infância (ACEs), a resiliência e as relações de proximidade na idade adulta, bem como comparar indivíduos que vivenciaram o divórcio litigioso dos progenitores com aqueles que não o vivenciaram. Adicionalmente, analisaram-se os preditores de evitamento e de ansiedade nas relações com parceiros e amigos.**Participantes**: A amostra integrou 353 participantes (313 do sexo feminino e 40 do sexo masculino), com idades entre os 18 e os 85 anos.**Método**: A recolha de dados foi realizada através de um protocolo online, que incluiu um questionário sociodemográfico, o Questionário de Experiências Adversas na Infância, a Escala de Resiliência e o Questionário de Experiências em Relações de Proximidade.**Resultados**: Os resultados evidenciam que níveis mais elevados de ACEs estão correlacionados com níveis mais elevados de evitamento e ansiedade em relações de proximidade e com níveis mais baixos de resiliência. Por sua vez, níveis mais elevados de

resiliência correlacionam-se com níveis mais baixos de evitamento e de ansiedade nas relações interpessoais. Indivíduos que vivenciaram o divórcio litigioso parental apresentaram níveis mais elevados de ACEs, evitamento e ansiedade nas relações de proximidade. Paralelamente, reportaram níveis mais baixos de resiliência, em particular no domínio do sentido de vida. A negligência emocional na infância, a vivência do divórcio parental litigioso e níveis reduzidos de serenidade e de sentido de vida evidenciaram-se como preditores de maior evitamento e ansiedade nas relações interpessoais.**Conclusão**: Estes resultados demonstram que o divórcio litigioso dos pais pode constituir um fator de risco para o bem-estar dos filhos, com efeitos duradouros na vida dos indivíduos. Salienta-se a necessidade de intervenções precoces centradas na redução da conflitualidade parental e na promoção de fatores protetores, nomeadamente a resiliência, com vista à melhoria do ajustamento emocional e relacional ao longo da vida

Palavras-Chave: Divórcio litigioso , Resiliência , Relações de proximidade , Experiências adversas na infância

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 114 - DINAMIZAÇÃO DO PROGRAMA MAIS CONTIGO NA REGIÃO DE LISBOA E VALE DO TEJO – UMA EXPERIÊNCIA REGIONAL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Sílvia Cristina Alves Aleixo[1]

[1]ULS S. José

O Programa Mais Contigo visa a promoção da saúde mental e prevenção de comportamentos suicidários em adolescentes do 3º ciclo e do ensino secundário. Teve o seu início em 2009 com o apoio da Escola Superior de Enfermagem de Coimbra e da ARS Centro e até à data já chegou a mais de 92 mil alunos em todo o território nacional. Em 2021, com vista à expansão sustentada, bem como de um maior apoio de proximidade às equipas de intervenção local da Saúde Escolar, foram criadas as equipas coordenadoras regionais, designadamente a de Lisboa e Vale do Tejo.

Constituindo-se como um tipo de estudo quasi-experimental com grupo de controlo, os instrumentos de avaliação são aplicados antes e após a dinamização do Programa. As variáveis em estudo são o bem-estar, o coping, o autoconceito e a sintomatologia depressiva tendo sido utilizadas escalas validadas para a população portuguesa. O programa é de intervenção multinível com sessões de sensibilização aos agentes educativos e famílias e, na sequência destas, sete sessões em sala de aula aos alunos: duas de questionário e cinco subordinadas às temáticas: estigma em saúde mental, adolescência, auto estima, resolução de problemas e bem-estar individual e de grupo.

Como forma de garantir uma linguagem comum bem como a replicação fiel do Programa Mais Contigo, a formação de dinamizadores na região de Lisboa e Vale do Tejo tem-se apresentado como uma das prioridades para o crescimento sustentado do Programa. O programa mais contigo disponibiliza três âmbitos de intervenção: prevenção em ensino regular, prevenção em ensino artístico e posvenção (após a morte por suicídio de um aluno), suportados pelos respetivos manuais já publicados.

Este trabalho visa apresentar os dados e resultados referentes aos anos letivos 2022/23, 2023/24, 2024/25 e 2025/26 na região de Lisboa e Vale do Tejo, os quais se encontram em fase de tratamento e serão apresentados no congresso.

A equipa coordenadora regional procura promover e desenvolver o Programa Mais Contigo respeitando os princípios norteadores do Programa, designadamente o desenvolvimento de uma ampla resposta multidisciplinar que aplique o conhecimento científico sobre abordagens eficazes de promoção da saúde mental e de prevenção do suicídio, enfatizando a importância dos cuidados de saúde primários e a necessidade de sinergias com os cuidados de saúde hospitalares, escola, família e comunidade.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 115 - VULNERABLE ATTACHMENT STYLE QUESTIONNAIRE: ESTUDO DAS CARACTERÍSTICAS PSICOMÉTRICAS NUMA AMOSTRA DE JOVENS EM ACOLHIMENTO RESIDENCIAL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Ana Simão[1], Cátia Martins[1], Antónia Bifulco[2], Cristina Nunes[1]

[1]Universidade do Algarve, [2]CATS

A teoria da vinculação tem sido amplamente utilizada para compreender o desenvolvimento individual e o surgimento de dificuldades em contextos específicos e ao longo do ciclo de vida. O Vulnerable Attachment Style Questionnaire (VASQ) constitui uma medida breve de autorrelato, originalmente desenvolvida para avaliar a vinculação em adultos, enquanto fator de vulnerabilidade para o desenvolvimento de depressão. O presente estudo teve como objetivo analisar a estrutura fatorial e as propriedades psicométricas do VASQ numa amostra de adolescentes em acolhimento residencial, bem como apresentar evidência preliminar de uma versão revista do instrumento para esta população.

Participaram no estudo 438 jovens portugueses, com idades compreendidas entre os 12 e os 18 anos (M = 15,34), integrados em 46 instituições de acolhimento a nível nacional, que responderam ao questionário. Os dados foram aleatoriamente divididos, permitindo a realização independente de análises fatoriais exploratórias e confirmatórias. Os resultados indicaram que um modelo de três fatores, constituído por duas dimensões de vinculação insegura (ambivalente e evitante) e uma dimensão de procura de proximidade, apresentou o melhor ajustamento. A reestruturação do instrumento implicou a eliminação de alguns itens, mantendo, contudo, níveis adequados de consistência interna e associações significativas com o ajustamento psicológico. A validade concorrente foi avaliada com base em indicadores de ajustamento psicológico, tendo-se verificado correlações positivas no sentido esperado.

Os resultados fornecem suporte preliminar para uma versão abreviada e reestruturada do VASQ adaptada a adolescentes em acolhimento residencial. Mais do que confirmar a estrutura fatorial original, os dados sublinham a importância de adequar os instrumentos às especificidades das populações-alvo. Esta versão poderá revelar-se útil em contextos clínicos e de intervenção, destacando-se igualmente a

necessidade de investir na formação dos profissionais das instituições, de modo a promover competências ajustadas às características desta população.

Palavras-Chave: adolescentes; acolhimento residencial; características psicométricas; vinculação

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 121 - IMPACTING ADOPTIVE PARENTS THROUGH A MINDFUL PARENTING POST-ADOPTION INTERVENTION

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Joana Serra[1], Maria Cristina Canavarro[1], Raquel Pires[1]

[1]Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo-Comportamental da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra

Adoptive parents face normative challenges inherent to the transition to parenthood and encounter unique circumstances related to the adoption process. This transition is usually distinguished by experiences with infertility, a higher likelihood of parenting children with pre-existing behavioral and emotional difficulties, and the stigma associated with adoption. Adoptive parents are at a higher risk of developing depression, anxiety, and stress, and have greater difficulties in being empathic and sensitive to the children's needs. These vulnerabilities have well-established consequences for the quality of the adoptive parent-child relationship, which may affect adoption stability and children's healthy development. Therapeutic post-adoption services designed to enhance parental well-being and improve parenting quality, typically characterized by low levels of parenting stress and high levels of positive parenting, represent a pressing necessity. Mindful Parenting Interventions focus precisely on the mentioned targets, proving effective in reducing parental stress and promoting positive parenting practices, while also fostering children's outcomes. These interventions have shown to be highly acceptable among adoptive parents and promising in promoting adoptive families' well-being. In alignment with the legal framework regulating post-adoption support in Portugal and building on prior research of our host institution, this project aims to assess the efficacy of a Mindful Parenting Post-Adoption Intervention – The AdoptMindful2Care – through a randomized controlled trial (RCT) in improving both adoptive parents and children's outcomes. Additionally, we aim to examine the mechanisms and conditions under which such efficacy occurs, and how cost-efficacy. Through a promising approach such as mindful parenting, this project will address the urgent need for evidence-based post-adoption support,

establishing an intervention that effectively addresses adoptive parents' needs, preventing them from resorting to generalist mental health services, while fostering children's healthy development, and overall family well-being.

Palavras-Chave: Mindful Parenting Interventions , Adoptive Parents , Heath Promotion

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 127 - ADAPTAÇÃO PORTUGUESA DA PSYCHOLOGICAL MOTIVATIONS FOR PLAYING VIDEO GAMES SCALE (PMPVGS): EVIDÊNCIA PRELIMINAR

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Carla Sousa[1], Mustafa Can Gursesli[2], Amanda Cei Santos Pirola[1], Pedro Pinto Neves[3]

[1]Universidade Lusófona, CICANT, [2]Tampere University, Research Centre of Gameful Realities - Gamification Group, [3]Universidade Lusófona, HEI-Lab

A compreensão do fenómeno de jogar continua limitada pela escassez de instrumentos que permitam captar, de forma ampla, as motivações psicológicas associadas ao envolvimento com videojogos, para lá de leituras centradas apenas no risco ou na psicopatologia. A *Psychological Motivations for Playing Video Games Scale* (PMPVGs; Gursesli et al., 2024) foi desenvolvida com esse propósito, tendo a versão original demonstrado uma estrutura final de 12 dimensões e 45 itens. O presente estudo teve como objetivo adaptar esta medida para o contexto português, propondo a designação Escala de Motivações Psicológicas para Jogar Videojogos (MPJVs), e analisar evidência preliminar das suas propriedades psicométricas. A amostra integrou 627 participantes adultos/as, com idades entre 18 e 91 anos (M = 27.09; DP = 11.85). Procedeu-se à tradução e adaptação transcultural da escala, seguidas de apreciação qualitativa por dois peritos com experiência complementar em game design e comportamento humano/psicologia. A versão portuguesa manteve os 45 itens distribuídos pelas 12 dimensões da versão final original. A estrutura interna foi testada através de análise fatorial confirmatória com estimação DWLS. Os resultados apoiaram a adequação global do modelo, $\chi^2(879) = 2355.26$, CFI = .965, TLI = .960, RMSEA = .052 e SRMR = .048. Todos os itens apresentaram saturações fatoriais estatisticamente significativas no fator teorizado, e a solução portuguesa reproduziu a organização dimensional da versão original. A consistência interna revelou-se elevada, com coeficientes de Omega de McDonald (ω) entre .728 e .956 nas subescalas e ω total de .985. Em conjunto, estes resultados sugerem evidência preliminar favorável de validade de conteúdo, estrutura interna e fiabilidade da MPJVs. A disponibilização desta medida em português constitui um contributo relevante para a investigação psicológica sobre videojogos, permitindo aprofundar o estudo dos perfis motivacionais de jogadores/as em Portugal de forma conceptualmente mais rica e não reduzida a enquadramentos exclusivamente clínicos. Estudos futuros deverão reforçar esta evidência através da análise das relações com variáveis externas e, idealmente, de testes formais de invariância de medida.

Palavras-Chave: Motivação , Jogar , Propriedades Psicométricas , Videojogos

Resumo Completo (Ficheiro)



PO 131 - BRIDGING RESEARCH AND PRACTICE IN ADHD: ADAPTING A FAMILY MINDFULNESS-BASED INTERVENTION FOR PORTUGUESE FAMILIES

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Beatriz Boavida Gonçalves[1], Raquel Pires[1], Ana Fonseca[2], Susan Bögels[3]

[1]Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo-Comportamental, [2]Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, [3]Universidade de Amesterdão

Families of children with Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) face complex and persistent challenges, highlighting the need for evidence-based, accessible, and family-centered psychological interventions that promote family well-being and enhance parenting quality. Mindful Parenting Interventions (MPIs) have shown promising outcomes in improving parental well-being, parenting practices, and child functioning. However, evidence regarding their applicability and effectiveness within ADHD populations, particularly in Portugal, remains limited.

MYmind, a family mindfulness-based intervention, integrates parallel training for parents and children and has demonstrated positive effects in international studies, including reductions in ADHD symptoms, parental stress, and improvements in emotion regulation and parenting practices. Grounded in mindfulness-based and cognitive-behavioural principles, it combines structured group sessions with joint practices aimed at enhancing attention regulation, emotional awareness, and self-regulation within the family context. For parents, it targets mindful parenting competences, including awareness, emotional attunement, and non-reactivity. For children, it promotes attentional and impulse control, as well as adaptive coping strategies. Despite its promising evidence base, MYmind has not yet been adapted or tested in Portugal.

This project aims to culturally adapt and evaluate MYmind for Portuguese families (MYmind.PT), through studies on acceptability, feasibility, and preliminary efficacy. A pilot randomized controlled trial will be included to assess its impact on children's ADHD symptoms, parental stress, and both child and parents emotion regulation and mindfulness.

This project holds significant implications for psychological practice in Portugal. By contributing to the validation of an innovative, family-based intervention, it addresses the growing need for integrative approaches in child and family psychology, recognizing that ADHD impacts the entire family system. MYmind.PT may expand evidence-based interventions options available to psychologists, supporting implementation across clinical and community settings and promoting more holistic, preventive and cost-effective models of care. Ultimately, this project aims to bridge the gap between research and practice, contributing to improved quality of care and better outcomes for children with ADHD and their families.

Palavras-Chave: ADHD , Mindful Parenting , Family mindfulness-based intervention

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 139 - INVENTÁRIO DE VULNERABILIDADE À DISTRAÇÃO DIGITAL (IVD-21): DESENVOLVIMENTO E VALIDAÇÃO DE UM INSTRUMENTO PSICOMÉTRICO

Tipo: Poster



Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Kelly Sobreira[1], Prof.ª Doutora Maria João Gouveia[1]

[1]ISPA – Instituto Universitário

Este estudo teve como objetivo desenvolver e validar o Inventário de Vulnerabilidade à Distração Digital (IVD-21), um instrumento composto por 21 itens destinado a avaliar este construto através de três dimensões: Exposição às Notificações, Distração por Notificações e Autorregulação Digital. Trata-se de um estudo quantitativo, transversal e psicométrico, com recolha de dados online, realizado com uma amostra de 306 adultos portugueses, com idades compreendidas entre os 18 e os 80 anos, sendo a maioria dos participantes do género feminino. Foram analisadas a consistência interna, a estrutura fatorial exploratória e confirmatória e a validade convergente do instrumento. Os resultados revelaram uma estrutura trifatorial, com níveis adequados de fiabilidade e validade. A análise fatorial confirmatória corroborou a adequação global deste modelo, apresentando índices de ajustamento aceitáveis. Verificaram-se correlações positivas moderadas entre as dimensões de Exposição às Notificações e Distração por Notificações e indicadores de uso problemático do smartphone, avaliados através da Smartphone Addiction Scale – Short Version (Água, Patrão, & Leal, 2017), enquanto a dimensão de Autorregulação Digital não apresentou uma associação estatisticamente significativa com os indicadores de uso problemático do smartphone, conforme esperado, reforçando a distinção entre vulnerabilidade à distração digital e dependência tecnológica. Estes resultados sugerem que o IVD-21 constitui um instrumento promissor para a avaliação da vulnerabilidade funcional à distração digital, permitindo distinguir este fenómeno de indicadores clássicos de dependência tecnológica.

Palavras-Chave: Distração digital , Notificações , Autorregulação , Validação psicométrica

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 144 - ALEXITIMIA E DESENVOLVIMENTO IDENTITÁRIO: O PAPEL MODERADOR DA PERSONALIDADE

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Rodrigo Santiago Vinhais[1], Ana Catarina Nunes da Silva[2], Magda Sofia Roberto[2]

[1]Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa, [2]Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa; CICPSI, Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa

A alexitimia caracteriza-se por dificuldades em tornar conscientes as emoções experienciadas, o que pode dificultar os processos de regulação emocional. Embora a regulação emocional se demonstre relacionada com o desenvolvimento identitário, o papel da alexitimia permanece amplamente desconhecido. Este estudo explorou a relação entre a alexitimia e o desenvolvimento identitário de adultos emergentes, bem como o papel moderador da personalidade. 338 adultos emergentes completaram um questionário online que avaliou o funcionamento alexitímico, os traços de personalidade e as dimensões do desenvolvimento identitário. A alexitimia associou-se negativamente às dimensões adaptativas do desenvolvimento identitário Compromisso ($r = -.17$, $p < .01$) e Identificação com o Compromisso ($r = -.25$, $p < .001$) e positivamente à dimensão desadaptativa do desenvolvimento identitário Exploração Ruminativa ($r = .33$, $p < .001$). A Extroversão moderou a relação entre a alexitimia e o Compromisso ($\beta = .12$, $p < .01$), sendo que níveis elevados de Extroversão atenuaram o efeito

negativo da alexitimia (β = -.02, p = .805). Estes resultados sugerem que uma reduzida consciência das próprias emoções se associa a dificuldades no estabelecimento de compromissos identitários satisfatórios, perpetuando uma sensação de incerteza identitária, e que a Extroversão pode funcionar como um fator protetor. Este estudo enfatiza o papel das emoções como fonte de informação adaptativa para a construção de uma identidade coerente e integrada. São discutidas implicações práticas e orientações para estudos futuros.

Palavras-Chave: Alexitimia , Desenvolvimento Identitário , Personalidade , Adultez Emergente

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 165 - VULNERABILIDADE PSICOLÓGICA E DOENÇA CARDIOVASCULAR: INTEGRAÇÃO DA PSICOLOGIA NA REABILITAÇÃO CARDIOVASCULAR- ESTUDO DE CASO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Mariana de Carvalho Pinto Cordeiro Ferreira[1], Ana Rita Appleton Vicente[1], Elsa Ferreira Reis[1], Joana Marques Pereira[1]

[1]ULSSM

Objetivos

Ilustrar o contributo da avaliação e intervenção psicológica integrada em Programa de Reabilitação Cardiovascular na identificação de vulnerabilidades psicológicas associadas ao risco cardiovascular e adaptação pós-evento cardíaco.

Metodologia

Estudo de caso clínico de utente do sexo feminino, 43 anos, integrada em Programa de Reabilitação Cardiovascular após enfarte agudo do miocárdio. Realizou acompanhamento psicoterapêutico individual em Consulta de Psicologia/Reabilitação Cardíaca, com abordagem cognitivo-comportamental integrativa. A avaliação psicológica baseou-se em entrevista clínica semiestruturada, observação clínica, aplicação do Young Schema Questionnaire e Perceived Stress Scale, bem como conceptualização clínica integrativa.

Resultados

Observou-se vulnerabilidade psicopatológica prévia e história desenvolvimental marcada por invalidação emocional, criticismo parental e experiências adversas precoces. Os instrumentos aplicados corroboraram níveis elevados de stress percebido e ativação significativa de esquemas desadaptativos precoces. Identificaram-se esquemas de privação emocional, autossacrifício e padrões

inflexíveis/perfecionismo, associados a estratégias de coping caracterizadas por hiperprodutividade, negligência das necessidades pessoais e investimento excessivo no desempenho laboral como fonte de validação. Durante o acompanhamento verificou-se maior consciência da relação entre padrões psicológicos disfuncionais, stress crónico e impacto na saúde física, bem como melhoria clínica na autorregulação emocional e no investimento em estratégias de autocuidado.

Conclusões

O caso evidencia a importância da integração sistemática da Psicologia em Programas de Reabilitação Cardiovascular, não apenas na adaptação ao evento cardíaco, mas também na identificação e intervenção sobre vulnerabilidades psicológicas estruturais associadas à manutenção de comportamentos de risco. Reforça-se o valor da intervenção psicológica especializada enquanto componente essencial da abordagem multidisciplinar à doença cardiovascular.

Palavras-Chave:

Psicologia da Saúde; Reabilitação Cardiovascular;Stress Crónico; Psicoterapia Integrativa

Palavras-Chave: 4

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 167 - ARTE(CÃO): TRABALHAR EM GRUPO PARA A REGULAÇÃO EMOCIONAL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Carolina Lima dos Santos[1], Beatriz Baptista[1], Isabel Duarte[2]

[1]Eu Cãosigo, [2]Hospital Lusíadas Monsanto

No presente trabalho as autoras propõem-se apresentar um projeto de reabilitação psicossocial desenvolvido numa cooperativa nos arredores de Lisboa, que apoia jovens que se encontram em situações de vulnerabilidade socioeconómica e de desigualdade social tendo como foco os Serviços Assistidos por Animais (cães) em conjunto com a Arte-Terapia. Este projeto foi desenvolvido no âmbito do estágio profissional da Ordem dos Psicólogos Portugueses, em parceria com a entidade Eu Cãosigo.

O programa decorreu ao longo de 16 sessões semanais de 50 minutos, com dois grupos de adolescentes entre os 12 e os 15 anos (Grupo 1- adolescentes do sexo masculino; Grupo 2- adolescentes do sexo feminino). Foi aplicada a Escala de Dificuldades na Regulação Emocional (Sousa et al., 2023) no início e no fim da intervenção, sem a presença do cão. As restantes sessões integraram a presença do cão e técnicas de Arte-Terapia.

A regulação emocional (Cole et al., 1994) foi o foco central da intervenção, dado o impacto das suas carências no consumo de substâncias, na depressão e na ansiedade (Moreira et al., 2022), e o seu papel no desenvolvimento da autoestima, da empatia e do autoconhecimento (Beetz et al., 2012; Brandão et al., 2025; Jones et al., 2019). O Grupo 1 apresentava inicialmente uma grande incapacidade de regulação emocional, com particular dificuldade em manterem-se orientados para os objetivos quando experienciavam estados emocionais negativos. O Grupo 2 revelou um perfil inicial mais adaptativo na identificação e compreensão das suas emoções, embora com baixa autoestima e fraco sentimento de pertença grupal.

Em ambos os grupos verificou-se um aumento da empatia, da autoestima, um reforço dos limites psíquicos Eu-Outro, da coesão grupal e das capacidades de regulação emocional. No Grupo 1, os ganhos centraram-se sobretudo na orientação para os objetivos perante emoções negativas. No Grupo 2, observou-se uma evolução sustentada na aceitação emocional e no acesso a estratégias mais adaptativas, permanecendo o controlo dos impulsos como área em desenvolvimento. A reflexão crítica sobre os resultados do primeiro grupo orientou a adaptação da intervenção no segundo, com resultados determinantes.

Foi assim possível criar um espaço de elaboração interna para emoções anteriormente vividas como impulsos, potenciando a reabilitação psicoafetiva e a (re)inserção de cada adolescente nos contextos familiar, escolar e social.

Palavras-Chave: Adolescência, Regulação Emocional, Transformação, Serviços Assistidos por Animais

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 186 - A PERDA GESTACIONAL PRECOCE: ESTUDO QUALITATIVO SOBRE A EXPERIÊNCIA DE UM HOMEM

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Vânia Machado Barros[1], Ândria Tavares[1], Maria Peneda[1], Carolina Mota[1], Leonor Ancêde[1], Patrícia Pinheiro[2]

[1]Departamento de Ciências Sociais e do Comportamento, Universidade da Maia, [2]Departamento de Ciências Sociais e do Comportamento, Universidade da Maia e Centro de Psicologia da Universidade do Porto, Universidade do Porto

A Perda Gestacional Precoce (PGP) tem potencial de causar um impacto psicológico significativo. Contudo, a PGP encontra-se maioritariamente explorada através da perspetiva da mãe. A experiência do pai é frequentemente invalidada e o papel do homem remetido para a posição de cuidador. A investigação relativa à PGP no homem tem apresentado resultados inconsistentes, pelo que carece de investigação. O objetivo do presente estudo foi compreender a experiência de um homem que vivenciou PGP, nomeadamente compreender os desafios experienciados e os recursos úteis na gestão desses. O participante, "Afonso", era casado, tinha aproximadamente 30 anos e foi selecionado por conveniência. O

participante vivenciou duas PGP. A segunda teve um impacto maior – PGP no início do segundo trimestre de uma gravidez planeada. A PGP foi vivida pelo casal em casa, sem apoio formal ou informal. O "Afonso" recorreu a apoio psicológico para lidar com a PGP. Os dados foram recolhidos através de uma entrevista semiestruturada que, posteriormente, foi objeto de análise temática. Como desafios experienciados na PGP identificamos dois temas: “invalidação do luto” e “perda do projeto de parentalidade”. Quanto aos recursos úteis identificámos: “gerir a dor através da distração”, “reconstrução do significado da PGP” e “partilha da experiência”. Este estudo sugere que, após uma PGP, pelo menos alguns homens precisam de ser reconhecidos como pais em processo de luto. Necessitam de um ambiente acolhedor e livre de estigmas para expressar a sua vulnerabilidade. A resposta poderá estar na inclusão dos homens nos cuidados de saúde e na promoção de políticas públicas e laborais que reconheçam o direito do pai ao tempo necessário para processar a PGP. Além disso, destaca-se a necessidade da disponibilização de apoio psicológico especializado e adaptado às necessidades individuais dos homens a vivenciar PGP, de forma a prevenir o luto prolongado, comportamentos de risco e promover a reconstrução do significado da perda. Futuros estudos poderão versar-se sobre a experiência de homens de diferentes contextos e sobre a perspetiva de profissionais de saúde que acompanham processos de PGP, para compreender mais aprofundadamente este fenómeno.

Palavras-Chave: Perda gestacional precoce, luto masculino, reconstrução de significado no luto, investigação qualitativa.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 188 - TRANSFORMAR OS: MODELO DE CHECK-UP PSICOLÓGICO INTEGRADO PARA MAPEAR O SISTEMA OPERATIVO HUMANO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Filipa Jardim da Silva[1], Andreia Soares[1]

[1]Academia Transformar

A prática clínica em psicologia enfrenta um desafio persistente: como compreender o cliente de forma verdadeiramente integrada, articulando funcionamento cognitivo, emocional, corporal e relacional, e traduzir essa leitura numa intervenção coerente e orientada para a ação? Abordagens avaliativas fragmentadas, baseadas num único instrumento ou numa leitura parcial, limitam a profundidade clínica, dificultam a comunicação dos resultados e comprometem a definição de planos de intervenção com impacto efetivo.

O modelo Transformar OS propõe um check-up psicológico integrado que mapeia o "sistema operativo" do indivíduo, isto é, a forma como pensa, sente, mobiliza energia e se relaciona. Estrutura-se em quatro eixos funcionais (Clareza Mental, Regulação Emocional, Energia Corporal e Relações Saudáveis) e um eixo agregador de Performance Sustentável, que sintetiza o funcionamento global e orienta a intervenção.
Assente no princípio de que nenhum instrumento isolado é suficiente, o modelo integra dados de múltiplas fontes: BSI, CORE-OM, WHOQOL-BREF e MCMI-II/III, articulados com uma entrevista clínica estruturada enquanto âncora qualitativa. Cada instrumento contribui com uma dimensão específica: sintomatologia, funcionamento e bem-estar, qualidade de vida e padrões de personalidade. A leitura integrada permite construir um retrato clínico compreensivo.
Os resultados são organizados por eixo numa escala de 0 a 10, distribuídos por quatro zonas interpretativas (Saudável, Atenção, Dificuldade, Sofrimento/Risco). O eixo de Performance Sustentável incorpora mecanismos de proteção que impedem a diluição de áreas críticas por domínios preservados. A devolução é estruturada de forma acessível e não patologizante, promovendo insight e orientação para a mudança.
Esta comunicação apresenta a arquitetura do modelo, o racional clínico subjacente, a lógica de integração dos dados e a sua aplicabilidade na prática psicológica. O Modelo Transformar OS pretende contribuir para a sistematização da avaliação psicológica integrada, oferecendo um enquadramento estruturado para a formulação clínica, comunicação com o cliente e definição de planos de intervenção baseados em múltiplas fontes de informação.

Palavras-Chave: check-up psicológico; avaliação psicológica integrada; formulação clínica; performance sustentável

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 197 - ASSIMILAÇÃO DE EXPERIÊNCIAS TRAUMÁTICAS DE GUERRA: ESTUDO DE CASOS CONTRASTANTES

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Beatriz Almeida[1], Tatiana Oliveira[2], Catarina Monteiro[2], Isabel Basto[1], William Stiles[3], Patrícia Pinheiro[1]

[1]Universidade da Maia (UMAIA) e Centro de Psicologia da Universidade do Porto (CPUP), [2]Universidade da Maia, [3]Universidade de Miami

Os militares estão diretamente expostos a experiências potencialmente traumáticas de guerra, apresentando um elevado risco de impacto traumático duradouro. Adicionalmente, os stressores associados ao envelhecimento, tais como alterações de papéis e funções, reforma, luto e problemas físicos, podem

exacerbar e/ou modificar os sintomas de Perturbação de Stress Pós-Traumático (PTSD). No entanto, permanece ainda pouco claro como os veteranos idosos integram/assimilam as experiências relacionadas com a guerra e qual o impacto dessa assimilação no seu processo de envelhecimento. O Modelo de Assimilação sugere que, em contextos psicoterapêuticos, um aumento no nível de assimilação de experiências traumáticas está associado a um aumento do bem-estar; no entanto, tal associação permanece pouco clara na investigação relativa às experiências de guerra. O presente estudo exploratório teve como objetivo investigar o nível atual de assimilação das experiências relacionadas com a guerra em veteranos idosos e de que forma esse nível de assimilação impacta o processo de envelhecimento. Dois veteranos idosos da Guerra Colonial Portuguesa, um com e outro sem sintomas significativos de PTSD, foram entrevistados acerca das suas experiências de guerra. As entrevistas foram analisadas com recurso à Assimilation of Problematic Experiences Scale (APES) para avaliar o nível de assimilação das experiências de guerra. O impacto no processo de envelhecimento foi avaliado através da aplicação do questionário Posttraumatic Stress Disorder Checklist for DSM-5 (PCL-5) para avaliar os sintomas de PTSD e o World Health Organization Quality of Life - Older Adults (WHOQOL-OLD) para avaliar a qualidade de vida. Os resultados sugeriram que mais de 50 anos após a guerra, esta continua a ser uma experiência difícil de assimilar para ambos os participantes. O veterano com sintomas significativos de PTSD e qualidade de vida reduzida apresentou baixos níveis de assimilação da experiência traumática (APES 2, associado ao sofrimento emocional). Por sua vez, o veterano idoso sem sintomas significativos de PTSD e qualidade de vida elevada apresentou igualmente baixos níveis de assimilação da experiência traumática (APES 1, associado ao evitamento). O presente estudo contribuiu para uma melhor compreensão da manifestação do evitamento e da sua possível função protetora no contexto do PTSD no envelhecimento.

Palavras-Chave: PTSD, veteranos idosos, experiências traumáticas de guerra, modelo de assimilação

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 203 - VULNERABILIDADE PSICOSSOCIAL EM EVENTOS DE GRANDE ESCALA: AUSCULTAÇÃO DE NECESSIDADES E DESENVOLVIMENTO DE RESPOSTAS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Joana Carvalho Ribeiro[1], Maria Catarina Leite Rodrigues Grande[1]



[1]Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto

Eventos culturais e recreativos de grande escala, como viagens de finalistas, festas académicas e festividades populares, configuram simultaneamente espaços de celebração coletiva e de potencial vulnerabilidade psicossocial. A sua especificidade contextual, marcada por elevada densidade populacional, intensa estimulação emocional e sensorial, anonimato relativo e dinâmicas grupais complexas, tem sido predominantemente abordada sob uma perspetiva biomédica, com sub-representação das dimensões psicológicas e psicossociais na literatura científica e nas respostas operacionais.

A literatura disponível documenta uma elevada prevalência de comportamentos de risco nestes contextos, designadamente o consumo de álcool e de outras substâncias psicoativas, episódios de desregulação emocional, crises psicológicas agudas e situações de violência interpessoal. Estes fenómenos emergem na interseção entre características individuais, normas sociais do grupo e condições situacionais do evento, exigindo uma abordagem compreensiva que ultrapasse o paradigma exclusivamente clínico.
O presente estudo insere-se num projeto de doutoramento e tem como objetivo identificar e caracterizar os processos de emergência, de vivência e de gestão de situações de vulnerabilidade psicossocial em eventos de grande escala. Recorre a uma metodologia qualitativa e exploratória, combinando observação naturalista, entrevistas semiestruturadas e *focus groups*, com auscultação de múltiplos *stakeholders*: participantes, promotores e equipas operacionais. A recolha de dados encontra-se em curso em contexto naturalista.
Os dados obtidos permitem, assim, o desenvolvimento de um instrumento de avaliação de risco e de necessidades psicossociais em eventos, atualmente em fase de construção e teste piloto. Espera-se que os resultados permitam identificar padrões de vulnerabilidade, fatores de risco e proteção e lacunas nas respostas existentes, contribuindo para a construção de um modelo integrado de prevenção, intervenção psicológica e promoção do bem-estar em contextos de grande escala.

Palavras-Chave: eventos de grande escala, vulnerabilidade psicossocial, saúde mental, prevenção

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 205 - A DESREGULAÇÃO EMOCIONAL EM PESSOAS COM DOENÇAS CARDIOVASCULARES: META-SÍNTESE QUALITATIVA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde



Bárbara Carvalho Tigre Pereira[1], Susana Novais de Almeida[1], Emília da Conceição Torres Dias Moreira[2], Carla Alexandra de Castro Cunha[3]

[1]Universidade da Maia (UMAIA), [2]RISE-Health@Faculdade de Medicina da Universidade do Porto , [3]Universidade da Maia (UMAIA) & Centro de Psicologia da Universidade do Porto (CPUP)

As pessoas com doenças cardiovasculares (DCV) enfrentam frequentemente dificuldades emocionais, como medo de morrer, ansiedade perante os sintomas, tristeza associada à perda da vida anterior e raiva perante as limitações impostas pela doença. Estas experiências podem comprometer o autocuidado, a adaptação à condição clínica e a qualidade de vida. A desregulação emocional associa-se, por sua vez, a maior sofrimento psicológico, pior adaptação às diferentes fases da doença e prognóstico mais desfavorável. **Objetivo:** Este poster apresenta um projeto de Dissertação de Mestrado que tem como objetivo realizar uma meta-síntese qualitativa da literatura recente, de modo a caracterizar as principais dificuldades emocionais e padrões de vulnerabilidade psicológica reportados por adultos com DCV, bem como compreender as suas implicações para o risco, o tratamento e a adaptação ao longo do percurso da doença. **Método:** Será conduzida uma meta-síntese qualitativa, abrangendo o período de 2020 a 2025, de acordo com as orientações PROSPERO e JARS-Meta. A pesquisa será realizada nas bases de dados Academic Search Complete via EBSCO, PsycINFO, PSICArticles via APA PsycNet, Web of Science e Scopus. Serão incluídos estudos de natureza qualitativa ou de métodos mistos, com amostras de adultos com diagnóstico confirmado de DCV. **Resultados:** O estudo encontra-se ainda em desenvolvimento, pelo que os resultados serão apresentados no congresso da Ordem dos Psicólogos Portugueses. Espera-se identificar dificuldades emocionais associadas ao ajustamento da doença, como choque no diagnóstico, hipervigilância durante o internamento, evitamento na transição para casa, frustração e raiva na reabilitação, bem como isolamento após o evento clínico ou após o diagnóstico. Prevê-se igualmente a identificação de padrões de vulnerabilidade psicológica, como ruminação, baixa clareza emocional, reatividade autonómica, evitamento inflexível e alexitimia. Esta síntese pretende contribuir para uma compreensão mais integrada das dificuldades emocionais nas DCV e para o desenvolvimento de intervenções psicológicas mais ajustadas ao longo do percurso clínico.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 211 - AVALIAÇÃO DAS ATITUDES FACE À SEXUALIDADE NA DEFICIÊNCIA INTELECTUAL: ADAPTAÇÃO E VALIDAÇÃO DA ESCALA ASEXID-PT

Tipo: Poster



Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Nuno Miguel Moura[1], Filipa Nobre[1], Margarida Moura[1], Vitor Franco[1], Maria Fátima Minetto[2]

[1]Universidade Évora, [2]Universidade Federal do Paraná

A sexualidade das pessoas com deficiência intelectual (DI) é frequentemente condicionada por barreiras atitudinais. A escassez de instrumentos validados no contexto português justifica a adaptação do *Assessment of Attitudes Toward Sexuality of People with Intellectual Disability* (ASEXID), concebido para avaliar as atitudes face à sexualidade nesta população através de três fatores: atitudes normalizadoras, atitudes negativas e atitudes paternalistas.

O estudo visa adaptar transculturalmente e analisar as propriedades psicométricas da versão portuguesa do ASEXID (ASEXID-PT), com base na metodologia proposta por Gil-Llario et al. (2021). O estudo seguirá um desenho quantitativo e instrumental envolvendo 590 indivíduos (76,1% mulheres; 20-77 anos), incluindo população geral, familiares e profissionais. A adaptação transcultural incluiu tradução, retroversão e painel de peritos, garantindo equivalência semântica, conceptual e cultural dos itens. A estrutura interna do instrumento será avaliada através de análises fatoriais exploratória e confirmatória, com referência ao modelo tridimensional original. A consistência interna será avaliada pelo alfa de Cronbach e ómega de McDonald. Serão ainda analisadas evidências de validade com base em variáveis externas e a capacidade discriminante do instrumento, no sentido de identificar perfis diferenciados.

Espera-se indicadores de ajustamento adequados para a estrutura fatorial do instrumento (CFI e TLI > .90; RMSEA < .08), e níveis satisfatórios de consistência interna (α e ω ≥ .70). Prevê-se que o instrumento possa discriminar perfis atitudinais distintos entre grupos, possivelmente maior tendência paternalista em familiares e atitudes mais normalizadoras em profissionais com formação específica.

O estudo poderá contribuir para suprir uma lacuna na investigação nacional disponibilizando um instrumento culturalmente adaptado ao contexto português. A relevância social do tema enquadra-se nos atuais paradigmas de direitos humanos e inclusão. Entre as limitações previsíveis incluem-se a amostragem não probabilística e o possível viés de desejabilidade social. Caso as propriedades psicométricas se revelem adequadas, o ASEXID-PT poderá constituir um recurso útil em contextos clínicos, educativos e de investigação. Futuras investigações poderão aprofundar a invariância entre grupos, a estabilidade temporal do instrumento e sua relação com variáveis como literacia sexual, contacto prévio com DI e crenças socioculturais.

Palavras-Chave: ASEXID-PT; Sexualidade; Deficiência Intelectual; Validação Portuguesa

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 213 - “SER CUIDADORA FAZ PARTE DA MINHA PERSONALIDADE”: A EXPERIÊNCIA DE UMA CUIDADORA INFORMAL EM IDADE ATIVA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Eduardo Carvalho Martins[1], Marisa Da Costa Ferreira[1], Renata Bianca Neiva Carvalho[1], Ana Cláudia Da Costa Palmeiro[1], Marta Cunha dos Santos[1], Patrícia de Jesus Lopes Pinheiro[2]

[1]Universidade da Maia, [2]Universidade da Maia e Universidade do Porto

O envelhecimento populacional e o aumento da prevalência de doenças neurodegenerativas têm conduzido a uma crescente dependência de cuidadores informais (CI), frequentemente familiares em idade ativa. Apesar da relevância deste fenómeno, a investigação tem privilegiado abordagens quantitativas e centradas em CI idosos, limitando a compreensão aprofundada das experiências subjetivas em idade ativa. O presente estudo teve como objetivo compreender a experiência de uma CI em idade ativa de um idoso com demência, explorando os desafios associados ao cuidar e as estratégias de *coping* mobilizadas. Adotou-se um *design* qualitativo, de natureza exploratória, enquadrado num paradigma construtivista. A participante tinha cerca de 50 anos, trabalhava a tempo integral e era CI do pai com demência. Os dados foram recolhidos através de uma entrevista semiestruturada e alvo de análise temática indutiva. Identificamos três desafios centrais: "dificuldades na conciliação de responsabilidades", "isolamento social" e "sobrecarga elevada". A experiência de cuidar parece marcada por exigências contínuas, interferência nas diferentes áreas da vida e uma transformação progressiva da identidade, com o papel de CI a assumir uma posição central. A sobrecarga emocional surgiu associada tanto às exigências comportamentais da pessoa com demência como à perceção de insuficiência de apoio formal e informal. Relativamente às estratégias de coping, identificamos a "espiritualidade", a "autorregulação emocional" e o "apoio psicológico". Contudo, estas estratégias não pareceram ser suficientes para atenuar de forma significativa os desafios associados a ser CI. Este estudo contribui para uma compreensão mais contextualizada da experiência de ser CI em idade ativa, sublinhando a necessidade de respostas formais integradas e de intervenções psicológicas ajustadas. Investigações futuras deverão explorar estas experiências em amostras diversificadas e ao longo do tempo, de forma a aprofundar a compreensão dos processos de adaptação ao papel de CI.

Palavras-Chave: cuidador informal, cuidadores em idade ativa, desafios, estratégias de coping

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 217 - AUTOCUIDADO E SAÚDE MENTAL EM PSICÓLOGOS PORTUGUESES: ANÁLISE DIFERENCIAL EM FUNÇÃO DA PRÁTICA DE SUPERVISÃO, INTERVISÃO E PSICOTERAPIA PESSOAL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Joana Catarina da Costa Cerqueira[1], Carla Fonte[1]

[1]Universidade Fernando Pessoa - Faculdade de Ciências Humanas e Sociais

A prática profissional dos psicólogos implica exposição continuada a elevadas exigências emocionais, cognitivas e relacionais, sendo a supervisão, a intervisão e a psicoterapia pessoal mencionadas na literatura como estratégias fundamentais de desenvolvimento profissional e promoção do autocuidado e da saúde mental destes profissionais.



Neste âmbito apresenta-se um estudo que teve como objetivo analisar as diferenças no autocuidado e na saúde mental de psicólogos em função da prática de supervisão, intervisão e terapia pessoal. A amostra foi constituída por 322 psicólogos portugueses membros efetivos da Ordem dos Psicólogos Portugueses e maioritariamente do sexo feminino (87,6%) com idades compreendidas entre os 24 e 68 anos (*M*=39 anos). Os participantes responderam a Questionário Sociodemográfico, à Escala de Avaliação de Autocuidado para Psicólogos (EAAP), ao *Mental Health Continuum–Short Form* (MHC-SF) e à Escala de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS-21), que avalia indicadores negativos de saúde mental.

Os resultados das análises descritivas demonstraram que os valores médios de todas as subescalas da EAAP foram superiores nos participantes que reportaram prática de supervisão e intervisão, revelando-se estatisticamente significativas na subescala Apoio Profissional e Desenvolvimento Profissional. No que se refere ao MHC-SF, os valores médios do bem-estar emocional, psicológico e social foram superiores nos psicólogos que referiram prática de supervisão e intervisão, tendo-se observado diferenças estatisticamente significativas apenas na prática de intervisão para o bem-estar social. Relativamente à prática de psicoterapia pessoal, os resultados indicaram valores médios mais elevados de sintomatologia psicológica (ansiedade, depressão e stress), com diferenças estatisticamente significativas nas subescalas de depressão e stress para aqueles que frequentam este tipo de apoio. Por outro lado, os psicólogos que não realizam psicoterapia pessoal, apresentaram valores médios superiores de bem-estar emocional, psicológico e social, com diferenças estatisticamente significativas nas três subescalas.

Os resultados do presente estudo evidenciam o papel potencialmente protetor e preventivo das práticas de supervisão, intervisão e psicoterapia pessoal na promoção do autocuidado e saúde mental dos psicólogos, sugerindo benefícios associados ao seu bem-estar, qualidade da prática clínica, reforçando o enquadramento ético da participação nestas práticas.

Palavras-Chave: Autocuidado, Saúde Mental, Psicólogos, Supervisão



Resumo Completo (Ficheiro)

PO 223 - INTERVENÇÃO GRUPAL NO LUTO PROLONGADO EM CONTEXTO PANDÉMICO: UM ESTUDO DE CASO ÚNICO COM RECURSO AO HSCED

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Elisabeth Susana Pontes Gomes Andrade[1], Joana Isabel Tavares da Luz Soares[2], Carla Alexandra de Castro Cunha[3]

[1]Estudante de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde na Faculdade da Maia, [2]Instituto Universitário de Ciências da Saúde e ULS SJoão, [3]Universidade da Maia (UMAIA) & Centro de Psicologia da Universidade do Porto (CPUP)

O luto constitui, na maioria dos casos, uma resposta adaptativa à perda de uma pessoa significativa. Contudo, em algumas situações, pode evoluir para Perturbação de Luto Prolongado (PLP), condição caracterizada por saudade intensa, dificuldade em aceitar a perda e prejuízo significativo no funcionamento quotidiano. A pandemia de COVID-19 introduziu circunstâncias particularmente adversas aos processos de morrer, despedida e elaboração do luto, nomeadamente através de restrições hospitalares, limitação de rituais fúnebres e redução de suporte social. Neste enquadramento, o presente estudo pretendeu analisar os processos de mudança associados a uma intervenção psicológica grupal no luto prolongado, no âmbito do Projeto AURORA@COVID19-EU financiado pelo Erasmus+ (referência: 2021-1-PT01-KA220-VET-000033092). Foi utilizado o Hermeneutic Single-Case Efficacy Design (HSCED), um tipo de estudo de caso único, centrado no luto e processos de mudança de uma participante cuja perda ocorreu em contexto pandémico. Esta metodologia de caso único integra um conjunto de evidências quantitativas e qualitativas para analisar a mudança sintomatológica, a experiência subjetiva da participante e fatores alternativos associados às mudanças observadas. A intervenção baseou-se no modelo *Meaning-Based Group Counseling*, centrado na reconstrução de significado após perda. Foram analisados dados recolhidos nos momentos de pré-intervenção, pós-intervenção e follow-up, de acordo com o protocolo definido pelo Projeto AURORA@COVID19-EU. O protocolo de avaliação incluiu os instrumentos PG-13-Revised, CORE-10, GAD-7, PHQ-9, UBBS e GMRI. No follow-up foi ainda realizada a Change Interview, com o objetivo de explorar a perspetiva subjetiva da participante sobre as mudanças percebidas e os aspetos que considerou ter contribuído para essas mudanças. Este é um trabalho em progresso, que será concluído até ao momento do presente congresso e apresentado no

âmbito de uma dissertação de mestrado. O presente estudo decorre de uma dissertação de mestrado da Universidade da Maia, ainda a decorrer, e os seus resultados irão ser apresentados neste congresso.

Palavras-Chave: Luto Prolongado, Intervenção Psicológica em Grupo, Hermeneutic Single-Case Efficacy Design, Contexto Pandémico, Projeto AURORA@COVID19-EU.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 227 - MECANISMOS DE DEFESA, VINCULAÇÃO E MENTALIZAÇÃO EM PERTURBAÇÃO BORDERLINE DE PERSONALIDADE - UMA ABORDAGEM PSICODINÂMICA DE REDES COMPLEXAS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Miguel Oliveira[1], Pedro D. C. Oliveira[1], Luís Rosário[1], Cristina Rodrigues[1], Filipa Andrade[1]

[1]Sociedade Portuguesa de Psicologia Clinica

A perturbação borderline de personalidade (BPD) caracteriza-se por instabilidade afetiva, impulsividade, relações interpessoais intensas e dificuldades de identidade. A investigação psicodinâmica tem sublinhado o papel central dos mecanismos de defesa primitivos, da vinculação insegura e dos défices de mentalização na génese e manutenção da sintomatologia borderline fixadas na infância. O presente estudo, de desenho transversal, exploratório e correlacional, teve como objetivo examinar a relação entre experiências adversas na infância (ACE), estilos e mecanismos de defesa, vinculação, mentalização e sintomas borderline. A amostra foi composta por 88 participantes avaliados através de medidas de autorrelato (BPQ, DSQ-40, AAS/EVA, RFQ, ACE). Os resultados evidenciaram um efeito incremental robusto das ACE: cada adversidade adicional duplicou aproximadamente as odds de BPD provável. Em particular, negligência física associou-se a comportamentos suicidários/auto-lesivos e sintomas quasi-psicóticos, enquanto abuso emocional se ligou de forma significativa à raiva intensa e a múltiplas dimensões borderline. As análises de redes complexas mostraram que sintomas nucleares como vazio, instabilidade afetiva e raiva intensa, em interação com defesas imaturas (acting-out, projeção, agressão passiva), emergem como nós centrais da organização borderline. A vinculação ansiosa e a incerteza mentalizadora apresentaram ligações consistentes com abandono, vazio e auto-lesão, ao passo que a certeza mentalizadora revelou efeito protetor. Em conjunto, os achados sugerem um modelo integrativo ACE → vinculação/mentalização negativas → defesas → sintomatologia borderline. Este modelo contribui para reforça a relevância de uma compreensão psicodinâmica e desenvolvimental da BPD, e informa prioridades de intervenção psicoterapêutica, destacando a importância de promover mentalização e defesas mais adaptativas, bem como de intervir precocemente em contextos de adversidade.



Palavras-Chave: Perturbação borderline de personalidade , Mecanismos de defesa , Experiências adversas na infância , Vinculação

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 229 - REDES SOCIAIS E QUALIDADE DE VIDA EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS/AS: O PAPEL DA APRECIAÇÃO CORPORAL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Juliana Soares[1], Dulce Pinto[1], Andreia Machado[1], Ana Isabel Vieira[1]

[1]Universidade Lusófona - Centro Universitário do Porto

O uso crescente das redes sociais tem sido associado a possíveis impactos negativos na qualidade de vida de estudantes universitários/as, sobretudo no que diz respeito à perceção e à satisfação com a imagem corporal. Neste contexto, a apreciação corporal e os padrões de uso das redes sociais assumem-se como construtos importantes para compreender esta relação.

Assim, o objetivo deste estudo é analisar as relações entre a apreciação corporal, os padrões de uso das redes sociais e a qualidade de vida em estudantes universitários/as. Pretende-se, especificamente, analisar de que forma diferentes padrões de uso das redes sociais (e.g., tempo diário de utilização, plataformas preferidas, tipo de envolvimento, frequência de publicação de conteúdos e utilização de ferramentas de manipulação de imagem, como filtros e edição de imagens) se associam aos níveis de apreciação corporal, e de que modo estes, por sua vez, se associam à qualidade de vida dos estudantes universitários/as. Além disso, pretende-se perceber se a apreciação corporal poderá constituir um fator moderador, atenuando o impacto dos padrões de uso das redes sociais na qualidade de vida destes estudantes.

Será realizado um estudo de natureza quantitativa e transversal, com uma amostra esperada entre 129 e 476 estudantes universitários/as portugueses/as. A recolha de dados será realizada via online, através de um inquérito composto por instrumentos de autorrelato que avaliam a apreciação corporal, os padrões de uso das redes sociais e a qualidade de vida. Os dados recolhidos serão analisados através de análises estatísticas apropriadas, incluindo análises de correlação e regressão.

Espera-se que níveis mais elevados de apreciação corporal estejam associados a uma melhor qualidade de vida e que atenuem os efeitos negativos dos padrões de uso das redes sociais na qualidade de vida dos estudantes universitários/as. Assim, este estudo poderá contribuir para uma melhor compreensão dos fatores protetores do bem-estar nesta população, com implicações para o desenvolvimento de intervenções e programas psicológicos e educativos que promovam uma relação mais saudável com o corpo e com os contextos digitais.

Palavras-Chave: apreciação corporal; redes sociais; estudantes universitários/as; qualidade de vida



Resumo Completo (Ficheiro)

PO 233 - AVANÇOS NA SUPERVISÃO CLÍNICA EM TERAPIA FOCADA NAS EMOÇÕES: DA AVALIAÇÃO DE COMPETÊNCIAS A RESULTADOS RELEVANTES PARA A PRÁTICA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Nicassia Loureiro Maia[1], Carla Alexandra de Castro Cunha[1]

[1]Universidade da Maia (UMAIA) & Centro de Psicologia da Universidade do Porto (CPUP)

A supervisão clínica constitui um pilar fundamental no desenvolvimento profissional e na prática ética dos psicoterapeutas (Ellis et al., 2014; Watkins, 2012). Contudo, a investigação empírica sobre os seus processos ativos e resultados permanece limitada, particularmente na Terapia Focada nas Emoções (EFT) e noutras Psicoterapias Humanistas-Experienciais (HEPs), onde as práticas de supervisão são menos padronizadas e suportadas por poucas medidas quantitativas (Coleiro et al., 2022; Greenberg & Goldman, 2019).
Objetivo: Este plano de trabalhos, no âmbito de um percurso de doutoramento em Psicologia Clínica na Universidade da Maia e financiado pela Fundação para a Ciência e a Tecnologia (FCT), através da bolsa de doutoramento com a referência 2025.07045.BD, pretende endereçar estas lacunas através de três estudos inter-relacionados, com forte ênfase na relevância clínica.
Método: O Estudo 1 visa desenvolver e estabelecer a validade de conteúdo de uma escala observacional teoricamente fundamentada para avaliar competências centrais de supervisão em EFT, seguindo standards metodológicos recomendados (Polit & Beck, 2006; Yusoff, 2019). O Estudo 2 procede à atualização da revisão sistemática de Rodrigues, Lopes e Cunha (em preparação) e realiza posteriormente uma meta-análise dos efeitos da supervisão clínica em HEPs sobre o desenvolvimento dos terapeutas e, quando disponíveis, sobre os resultados dos clientes (Alfonsson et al., 2018; Keum & Wang, 2020). O Estudo 3 adota um desenho multinível de processo-resultado para examinar como as competências de supervisão em EFT, avaliadas por observadores, se relacionam com a aliança de supervisão e a perceção de eficácia das sessões em contextos naturalistas de supervisão (Feldman & Honda, 2014; Pascual-Leone & Andreescu, 2021).
Resultados esperados e implicações: Ao identificar competências específicas associadas a uma aliança mais robusta e a sessões mais eficazes, os resultados poderão informar práticas de supervisão que potenciem as competências técnicas, a capacidade reflexiva e a tomada de decisão clínica dos terapeutas. A criação de um instrumento observacional estruturado poderá ainda promover maior consistência na supervisão, apoiando a formação, o feedback e a garantia de qualidade em contextos aplicados. Globalmente, esta investigação procura aproximar a investigação da prática clínica em EFT, contribuindo para uma supervisão mais baseada em evidência e para melhores resultados em psicoterapia.

Palavras-Chave: Supervisor Competencies , Supervision Outcomes , Emotion-Focused Therapy , Clinical Supervision

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 234 - “CURAR A RAIVA NO CORAÇÃO”: INTERVENÇÃO GRUPAL FOCADA NAS EMOÇÕES PARA PESSOAS COM DOENÇA CARDIOVASCULAR

Tipo: Poster



Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Sarah Tavares[1], Carla Alexandra de Castro Cunha[2]

[1]Universidade da Maia (UMAIA) & A Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto (FPCEUP), [2]Universidade da Maia (UMAIA) & Centro de Psicologia da Universidade do Porto (CPUP)

A Doença Cardiovascular (DCV) é fortemente influenciada por fatores psicológicos, sendo que a depressão e a ansiedade estão consistentemente associadas a um pior prognóstico. No entanto, o papel da raiva permanece insuficientemente integrado nos modelos existentes. A regulação emocional pode representar um mecanismo-chave que liga a raiva aos resultados psicológicos em indivíduos com DCV. Este projeto está integrado num estudo global mais abrangente, "CARDIOMICS – Monitorização da Saúde Cardiovascular e Cerebrovascular através da Metabolómica" (Ref. NORTE2030-FEDER-02718800), financiada pelo Programa Regional NORTE2030 e atualmente em curso no Departamento de Psicologia da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto. **Objetivos:** (1) sintetizar a evidência existente sobre a raiva e a regulação emocional na DCV, (2) examinar o seu papel como preditores e mecanismos dos resultados psicológicos, e (3) explorar as experiências subjetivas dos pacientes relativamente a estes processos emocionais. **Método:** O projeto adota um desenho de métodos mistos, composto por três estudos. O Estudo 1 consiste numa revisão sistemática conduzida de acordo com as diretrizes PRISMA, com o objetivo de sintetizar a evidência sobre a raiva e a regulação emocional em populações com DCV. O Estudo 2 é um estudo observacional que avalia dimensões da raiva, dificuldades de regulação emocional (DERS), depressão (PHQ-9), ansiedade (GAD-7) e qualidade de vida (EQ-5D-5L) em indivíduos com DCV. Análises de regressão e de mediação irão examinar se as dificuldades de regulação emocional explicam as associações entre a raiva e os resultados psicológicos. O Estudo 3 envolve um seguimento qualitativo através de entrevistas semiestruturadas, com o objetivo de explorar as experiências dos participantes relativamente à raiva, à regulação emocional e às mudanças percebidas ao longo do tempo, sendo analisadas através de análise temática. **Resultados**: Espera-se que níveis mais elevados de raiva desadaptativa estejam associados a maior sofrimento psicológico, e que as dificuldades de regulação emocional expliquem parcialmente essa relação. Os resultados qualitativos deverão fornecer uma compreensão mais aprofundada de como estes processos emocionais são experienciados e interpretados pelos pacientes.

Palavras-Chave: Doença Cardiovascular , Raiva , Terapia Focada nas Emoções , Regulação emocional

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 238 - SUPORTE SOCIAL E AJUSTAMENTO PSICOLÓGICO EM DOENTES HEMATONCOLÓGICOS INTERNADOS: CONTRIBUTOS PARA A INTERVENÇÃO CLÍNICA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Telma Ferreira[1], Raquel Guimarães[2], Isabel Silva[3]

[1]Faculdade Ciências Humanas e Sociais, Universidade Fernando Pessoa, Porto, [2]Centro Hospitalar Universitário de São João, Porto, [3]RISE-Health, Faculdade Ciências Humanas e Sociais, Universidade Fernando Pessoa, Fundação Ensino e Cultura Fernando Pessoa, Porto

7º CONGRESSO ORDEM DOS PSICÓLOGOS PORTUGUESES
Coimbra 2026

Enquadramento:O internamento em contexto hematoncológico constitui uma experiência altamente disruptiva, com potencial impacto no ajustamento emocional. O suporte social foi identificado como um fator protetor, embora a sua articulação com estratégias de coping e sofrimento psicológico permaneça pouco explorada em contexto hospitalar. Este estudo analisa a relação entre ansiedade, depressão, estratégias de ajustamento e satisfação com o suporte social percebido em doentes hematoncológicos internados. **Material:** Foram avaliados 53 doentes, com uma idade média de 48,51 (*DP* = 13,9), dos quais 52,8% eram mulheres; 43,4% dos participantes tinha diagnóstico de leucemia aguda e estavam internados para quimioterapia (88,7%) ou transplante (47,2%). O tempo médio desde o diagnóstico foi de 4,81 meses (*DP* = 3,25). Os participantes responderam à Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão, à Mini Escala de Adaptação Mental ao Cancro e à Escala de Satisfação com o Suporte Social. **Resultados:** Observou-se uma correlação forte e negativa entre a ansiedade e a satisfação com a família $r(51) = -0,387$; $p < 0,01$. Existe uma relação estatisticamente significativa forte e positiva entre ansiedade e depressão, $r(51) = 0,490$; $p < 0,001$; entre ansiedade e preocupação ansiosa, $r(51) = 0,573$; $p < 0,001$; e entre fatalismo e evitamento cognitivo, $r(51) = 0,556$; $p < 0,001$. Existe uma correlação estatisticamente significativa forte e positiva entre evitamento cognitivo e espírito de luta $r(51) = 0,390$; $p < 0,01$. Não se observaram diferenças estatisticamente significativas entre doentes de diferentes sexos no que diz respeito à ansiedade, depressão, estratégias de coping e suporte social percebido ($p > 0,05$), níveis de escolaridade ($p > 0,05$), motivos de hospitalização ($p > 0,05$), tipo de tratamento ($p > 0,05$) e com tipo de diagnósticos ($p > 0,05$). Não se verificou uma associação estatisticamente significativa entre o tempo decorrido desde o diagnóstico e ansiedade, depressão, estratégias de coping e suporte social percebido.**Conclusões:**Os resultados evidenciam o papel do suporte social, particularmente familiar, na modulação do sofrimento emocional em contexto de internamento. Estratégias de preocupação ansiosa, evitamento e fatalismo associam-se a menor adaptação psicológica. O estudo reforça a necessidade de integrar a avaliação do suporte social na prática clínica e de promover e estratégias de coping mais adaptativas, através de uma abordagem centrada no contexto relacional do doente.

Palavras-Chave: Suporte Social , Leucemia , Ansiedade , Depressão

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 240 - COMO HOMENS E MULHERES LIDAM COM A DOENÇA HEMATONCOLÓGICA? ANSIEDADE, DEPRESSÃO E ESTRATÉGIAS DE AJUSTAMENTO EM CONTEXTO DE INTERNAMENTO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Telma Ferreira[1], Raquel Guimarães[2], Isabel Silva[3]

[1]Faculdade Ciências Humanas e Sociais, Universidade Fernando Pessoa, Porto, [2]Centro Hospitalar Universitário de São João, Porto, [3]RISE-Health, Faculdade Ciências Humanas e Sociais, Universidade Fernando Pessoa, Fundação Ensino e Cultura Fernando Pessoa, Porto

Enquadramento: A adaptação psicológica à doença oncológica pode variar em função do sexo, estando associada a diferenças na expressão emocional e no recurso a estratégias de coping. Contudo, estas diferenças permanecem insuficientemente caracterizadas em contexto de internamento hematoncológico. Este estudo examina se existem diferenças entre homens e mulheres quanto à ansiedade, depressão e estratégias de ajustamento à doença nesse contexto. **Material:** Participaram 53 doentes, com uma idade média de 48,51 (*DP* = 13,9), dos quais 52,8% eram mulheres. Estavam internados para serem submetidos a quimioterapia (88,7%) ou transplante (47,2%), tendo 43,4% diagnóstico de leucemia aguda, com um tempo médio desde o diagnóstico de 4,81 meses (*DP* = 3,25). Os doentes responderam à Escala

Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HADS) e à Mini Escala de Adaptação Mental ao Cancro (Mini-MAC).

Resultados: A análise dos dados revela a existência de diferenças estatisticamente significativas, entre participantes do sexo masculino e do sexo feminino no que respeita aos níveis de ansiedade (U= 461,5; *p*= 0,045); ao evitamento cognitivo (*U*= 491,5; *p*= 0,011); e à preocupação ansiosa (*U*= 510; *p*= 0,004). As participantes do sexo feminino revelam apresentar níveis mais elevados de ansiedade, bem como adotar com mais frequência estratégias de evitamento cognitivo e preocupação ansiosa. Não se observaram diferenças estatisticamente significativas no que diz respeito à depressão entre doentes de diferentes sexos ($p > 0,05$), níveis de escolaridade ($p > 0,05$), motivos de hospitalização ($p > 0,05$), submetidos a tratamentos distintos ($p > 0,05$) e com diagnósticos diferentes ($p > 0,05$).

Conclusões: As mulheres apresentaram maior vulnerabilidade emocional e maior tendência para evitamento cognitivo e preocupação ansiosa. Os resultados sugerem perfis diferenciados de ajustamento psicológico entre homens e mulheres, com implicações diretas para a prática clínica. A intervenção psicológica em contexto hospitalar deverá considerar estas diferenças, promovendo estratégias de regulação emocional e reduzindo padrões de evitamento cognitivo e de preocupação ansiosa, particularmente em doentes do sexo feminino. A adoção de abordagens sensíveis ao sexo poderá contribuir para cuidados mais personalizados e eficazes.

Palavras-Chave: Ajustamento , Leucemia , Ansiedade , Depressão

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 246 - PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL NO ENSINO SUPERIOR: DO DIAGNÓSTICO À INTERVENÇÃO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Tania Gaspar[1], Fábio Botelho Guedes[1], Ana Cerqueira[1], Elisa Aires[1], Helena Gonçalves[2], Natália Costa[2], Firmino Silva[2]

[1]Serviço de Psicologia, Inovação e Conhecimento (SPIC), Universidade Lusófona, [2]ISLA Gaia - Instituto Politécnico de Gestão e Tecnologia

A saúde mental no ensino superior tem emergido como uma prioridade crescente, atendendo aos desafios associados aos contextos académicos contemporâneos e ao seu impacto no bem-estar dos estudantes e profissionais docentes e não docentes. Neste contexto, as Instituições de Ensino Superior (IES) têm sido desafiadas a desenvolver respostas estruturadas, com base em evidência científica e orientadas para a promoção de ambientes académicos saudáveis. Neste sentido, a presente comunicação tem como objetivo apresentar a abordagem desenvolvida pelo Serviço de Psicologia, Inovação e Conhecimento (SPIC) da Universidade Lusófona, assente numa lógica integrada que articula avaliação, intervenção e inovação. A intervenção do SPIC tem como ponto de partida a análise dos ambientes de aprendizagem e de trabalho, permitindo identificar necessidades e fatores associados ao bem-estar psicológico da comunidade académica. Partindo desta avaliação, são implementadas respostas organizadas segundo um modelo multinível, integrando estratégias de prevenção e intervenção dirigidas a diferentes níveis de necessidade. Estas respostas incluem apoio psicológico, ações de capacitação e iniciativas de envolvimento comunitário, consolidando um modelo que privilegia a articulação entre diferentes formas de intervenção e a participação ativa dos seus destinatários. Neste

percurso, o SPIC desenvolveu uma plataforma digital orientada para a literacia e promoção da saúde mental e do bem-estar, que procura integrar diferentes dimensões e ampliar o acesso a estratégias de apoio, construindo-se como uma extensão das práticas desenvolvidas. Esta plataforma integra conteúdos informativos, visando facilitar o acesso a recursos e potenciar a intervenção precoce. Estas ações refletem uma estratégia integrada de promoção da saúde mental no ensino superior, centrada na articulação entre o conhecimento, a intervenção e a inovação, com vista à construção de ambientes académicos mais saudáveis e sustentáveis.

Palavras-Chave: Saúde mental , Ensino Superior , Promoção de saúde , Literacia em saúde

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 247 - AMBIENTES DE TRABALHO SAUDÁVEIS NO ENSINO SUPERIOR: DIAGNÓSTICO DE SAÚDE E BEM-ESTAR DOS PROFISSIONAIS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Tania Gaspar[1], Elisa Aires[2], Ana Cerqueira[2], Fábio Botelho Guedes[2]

[1]Universidade Lusófona / HEI-Lab - Digital Human-Environment Interaction Lab / SPIC - Serviço de Psicologia, Inovação e Conhecimento, [2]Serviço de Psicologia, Inovação e Conhecimento (SPIC), Universidade Lusófona

Os ambientes de trabalho nas instituições de ensino superior são determinantes para a saúde e o bem-estar dos profissionais, com impacto direto na qualidade do ensino, no sucesso académico e na sustentabilidade organizacional. O Serviço de Psicologia, Inovação e Conhecimento da Universidade Lusófona (SPIC) desenvolveu um estudo com o objetivo de analisar e identificar as necessidades dos profissionais das instituições de ensino do grupo COFAC, e contribuir para o desenvolvimento de práticas direcionadas à melhoria do ambiente profissional e académico.

Participaram deste estudo 324 profissionais, 55,6% do sexo feminino, com idade média de 47,86 anos (*DP*=10,95), maioritariamente da geração X (49,4 anos), e mais de metade sendo docente/investigador (63,7%). Foram utilizados instrumentos selecionados para avaliar a saúde e o bem-estar dos profissionais (e.g., WHO-5) e o ambiente de trabalho (e.g., versão reduzida do instrumento Ecossistemas de Ambientes de Trabalho Saudáveis [EATS]). Os resultados evidenciaram uma média de 3,91% no índice de bem-estar, que refletiu um índice de risco moderado. Especificamente, 47,8% dos participantes referiu sentir-se alegre e bem-disposto, mas cerca de 8% referiu sentir-se frequentemente isolado e sozinho, com um valor de solidão compatível a um risco moderado (*M*=1,98). O resultado da avaliação da gestão do stress refletiu um nível de risco baixo (*M*=3,63) e foram identificados riscos moderados na avaliação dos comportamentos de saúde (*M*=3,22). Relativamente aos fatores psicossociais do trabalho, os temas mais significativos foram a exaustão e as forma de abuso (e.g., insultos). A avaliação global do ambiente de trabalho evidenciou-se moderadamente positiva (*M*=6,95). A análise por grupos revelou diferenças nas perceções, em que as mulheres, os profissionais mais jovens e com menor estabilidade contractual, apresentaram resultados menos positivos.

Conclui-se que o ambiente de trabalho saudável deve ser compreendido de forma integral e sistémica, de forma que a cultura da organização seja promotora de saúde, com foco na comunicação em relação às lideranças, na promoção de uma maior valorização, de flexibilidade e de participação dos profissionais.

Estes resultados indicam uma maior necessidade de priorizar intervenções a nível da saúde mental, da prevenção do *burnout* e do desenvolvimento de recursos para a saúde biopsicossocial.

Palavras-Chave: ambientes de trabalho saudáveis; saúde mental; ensino superior; saúde biopsicossocial

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 254 - PSICOTERAPIA INTERPESSOAL E FILOSOFIA ESTOICA: DO MODELO CLÍNICO PARA A GESTÃO DE CONFLITOS E RISCOS PSICOSSOCIAIS EM CONTEXTOS DE ALTA PERFORMANCE

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Ivandro Manuel Soares Monteiro[1]

[1]API Academia de Psicoterapia Interpessoal

Introdução: A Psicoterapia Interpessoal (TIP) é uma intervenção de curto prazo, estruturada e baseada em evidência, com eficácia robusta na recuperação da doença mental, reconhecida em Portugal e internacionalmente. Contudo, o seu espectro de atuação estende-se à prevenção de recaídas e à promoção da alta performance. Ao integrar a estrutura técnica da TIP com a filosofia estoica milenar, cria-se uma moldura de intervenção que responde tanto à psicopatologia como ao desenvolvimento pessoal. Este trabalho apresenta a versatilidade do modelo prático, desde o ambiente hospitalar e consultório privado até à sua implementação estratégica no tecido empresarial nacional e internacional, com exemplos reais.

Objetivo: Demonstrar como a estrutura da TIP, aliada a modelos de interpretação estoica dos problemas da vida, permite uma intervenção eficaz em diversos contextos de mercado. O foco incide na transposição de competências de remissão clínica para estratégias de resiliência e eficácia em ambientes de elite e alta exigência.

Método: Apresentação da adaptação de metodologia TIP baseada na experiência clínica e organizacional. Utiliza-se o Inventário Interpessoal para diagnóstico de áreas-problema e métricas de bem-estar alinhadas com o estado da arte. A análise demonstra a adaptabilidade da TIP às necessidades específicas quer na clínica quer nas organizações, mantendo o rigor científico como denominador comum.

Intervenção: foco na resolução de conflitos interpessoais e transições de papel. Na área clínica, prioriza-se a remissão sintomática e prevenção de recaídas. Na área de performance, integra-se a "Dicotomia do Controlo" estoica para otimizar a regulação emocional e a tomada de decisão, procurando contextos e pessoas capazes de aliviar sintomas, através da clareza da comunicação e na gestão de expectativas para sustentar o estado funcional.

Resultados: Os dados revelam que a fidelidade ao modelo TIP garante resultados rápidos na clínica e uma vantagem competitiva nas organizações. A aplicação conjunta com o estoicismo moderno promove uma mudança comportamental sustentada, reduzindo riscos psicossociais e potenciando a autoeficácia em contextos de elevada pressão.

Conclusões: A TIP, pela sua natureza estruturada, valida o papel do psicólogo como agente de mudança como a sua formação clínica em múltiplos espetros. Conclui-se que a exigência técnica e a fundamentação científica são os pilares para o sucesso e prestígio da psicologia no mercado global.

Palavras-Chave: Psicoterapia Interpessoal, Estoicismo, Alta Performance, Prevenção de Recaída

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 256 - IMPACTO IMEDIATO DO EXERCÍCIO FÍSICO NO HUMOR, ANSIEDADE/STRESS E BEM-ESTAR EM POPULAÇÃO CLÍNICA E NÃO CLÍNICA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Andreia Filipa Pereira Figueiredo[1], Isabel Maria Morais Basto[1], Patrícia de Jesus Lopes Pinheiro[1]

[1]Universidade da Maia (UMAIA); Centro de Psicologia da Universidade do Porto (CPUP)

A depressão e ansiedade são perturbações associadas a dificuldades persistentes de regulação emocional, que apresentam elevadas taxas de prevalência e recaída. O exercício físico (EX) tem sido sugerido como uma forma de intervenção de baixos custos e ausência de efeitos secundários negativos, podendo ser implementado como alternativa ou complemento à psicoterapia e à medicação. Apesar dos resultados promissores a médio prazo, pouco se sabe acerca do seu efeito imediato. Assim, neste estudo exploratório, avaliámos o impacto imediato do EX no humor, ansiedade/stress e bem-estar em população clínica e não clínica, de forma a colmatar a escassez de evidência sobre os seus efeitos imediatos em ambos os grupos e a comparar o seu impacto nas diferentes sintomatologias. Para este efeito, a amostra foi composta por 283 participantes: 63 clínica (PHQ-8 ≥ 10 e/ou GAD-7 ≥ 8) e 220 não clínica. Os participantes responderam a questionários imediatamente antes e após a prática de, pelo menos, 30 minutos de EX. Imediatamente antes: 1) questionário sociodemográfico; 2) avaliação do humor, ansiedade/stress e bem-estar no momento; 3) PHQ-8 e GAD-7. Imediatamente após: 4) avaliação do humor, ansiedade/stress e bem-estar no momento; 5) questionário sobre a prática de EX.

Os resultados sugeriram diferenças estatisticamente significativas: (a) entre os dois momentos, traduzindo-se num efeito imediato e positivo do EX no humor, ansiedade/stress e bem-estar em ambos os grupos; (b) entre grupos, com a população clínica a apresentar uma redução mais acentuada dos sintomas de ansiedade e depressão, bem como um aumento do bem-estar, em comparação com a população não clínica. Os resultados sugerem que o EX pode funcionar como uma estratégia de regulação emocional adaptativa e imediata, particularmente relevante em população clínica, que aparenta beneficiar de forma mais acentuada dos seus efeitos positivos. Assim, o EX destaca-se pela sua relevância na prevenção e tratamento da depressão e ansiedade, com potencial utilidade na prevenção de recaída destas perturbações.

Palavras-Chave: Exercício Físico , Impacto Imediato , Depressão , Ansiedade

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 257 - AVALIAÇÃO DA EFICÁCIA DO PROGRAMA IMPROVECOG EM PESSOAS COM DÉFICE COGNITIVO LIGEIRO E DEMÊNCIA EM CONTEXTO HOSPITALAR

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Laura Meireles[1], Susana Magalhães[1]

[1]Unidade Local de Saúde de Matosinhos

Introdução: A estimulação cognitiva é um tipo de intervenção não farmacológica recomendada pelo National Institute for Health and Clinical Excellence (NICE, 2018) para casos demenciais. O objetivo do presente estudo é o de avaliar a eficácia do programa *ImproveCog* na cognição global, funções executivas e ansiedade e depressão em pessoas com Défice Cognitivo Ligeiro (DCL) e demência em contexto hospitalar.

Método: Participaram 175 pessoas com idades compreendidas entre os 43 e 89 anos com diagnóstico clínico de DCL ou demência. Foram organizados em dois grupos: experimental (GE, *n* = 146) e de controlo (GC, *n* = 29). Apenas o GE participou no programa *ImproveCog* organizado em 13 sessões semanais de 1h30 e atividades cognitivas para casa. O *ImproveCog* foi administrado em grupos de 6 a 8 pessoas no Hospital Pedro Hispano, ULS de Matosinhos. Todos os participantes foram avaliados duas semanas antes do início e duas semanas após a intervenção com medidas da cognição global (MMSE e

MoCA), funcionamento executivo (IFS, FV, Stroop, TMT, Cubos e Dígitos na ordem inversa), e ansiedade e depressão (HADS).

Resultados: Observaram-se melhorias significativas na cognição global, funcionamento executivo (IFS e FV) e ansiedade e depressão (HADS) no GE comparativamente ao GC. De salientar que enquanto o GE evidenciou ganhos, o GC apresentou um decréscimo significativo no desempenho nas mesmas tarefas.

Conclusão: O *ImproveCog* é um programa de estimulação cognitiva eficaz para a intervenção no DCL e demência em meio hospitalar, justificando-se a sua recomendação nas normas da DGS e oferta no SNS.

Palavras-Chave: Estimulação cognitiva , ImproveCog , Demência , Défice Cognitivo Ligeiro

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 258 - AMBIENTES DE APRENDIZAGEM E SAÚDE MENTAL NO ENSINO SUPERIOR: EVIDÊNCIAS PARA A PROMOÇÃO DO BEM-ESTAR E SUCESSO ACADÉMICO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Tania Gaspar[1], Ana Cerqueira[1], Fábio Botelho Guedes[1], Elisa Aires[1]

[1]Universidade Lusófona / HEI-Lab – Digital Human-Environment Interaction Lab / SPIC – Serviço de Psicologia Inovação e Conhecimento

Os ambientes de aprendizagem no ensino superior são fundamentais para promover a saúde e o bem-estar, especialmente face à vulnerabilidade dos estudantes a problemas de saúde mental, como a depressão, a ansiedade e o stress. Ambientes saudáveis são essenciais para o equilíbrio psicológico, desempenho académico e desenvolvimento global. Neste sentido, este estudo foi desenvolvido pelo Serviço de Psicologia, Inovação e Conhecimento (SPIC) da Universidade Lusófona no âmbito da análise e da identificação das necessidades das Instituições de Ensino do Grupo COFAC - Cooperativa de Formação e Animação Cultural, C.R.L., para a promoção da saúde biopsicossocial, do envolvimento e sucesso académico. Foram utilizados diversos instrumentos, selecionados para avaliar a saúde e o bem-estar dos estudantes, com o intuito de promover ambientes de aprendizagem saudáveis e sustentáveis (e.g., instrumento Ecossistemas de Ambientes de Aprendizagem Saudáveis - EA2S. Participaram 1017 estudantes universitários, 60,8% (n=619) do género feminino, com uma idade média de 24,25 anos (DP=8,84). Nas dimensões dos ambientes de aprendizagem saudáveis, o maior risco verifica-se no bem-estar e na saúde mental, seguido dos recursos pessoais, envolvimento com a comunidade, liderança e ambiente físico. Os estudantes apresentam níveis moderados de bem-estar, gestão de stress, felicidade e solidão, destacando-se dificuldades ao nível da energia, descanso e perceção de controlo sobre a vida. Cerca de 20,7% refere sentir solidão frequente e 50,5% reporta múltiplos sintomas de burnout. Relativamente ao estilo de vida, verifica-se um risco moderado, sendo o stress o principal fator, seguido pelos hábitos de sono e atividade física. Apesar de mais de metade considerar ter uma alimentação saudável, observam-se comportamentos de risco ao nível do consumo de substâncias (álcool, tabaco, estimulantes e psicotrópicos). Conclui-se que a promoção de ambientes de aprendizagem saudáveis neste contexto tem como intervenção prioritária os riscos psicossociais associados ao bem-estar e à saúde mental, bem como no reforço dos recursos pessoais de saúde. Destaca-se a urgência de estratégias eficazes na promoção do bem-estar e de estilos de vida saudáveis, nomeadamente ao nível

dos hábitos de sono, da prática de atividade física e do desenvolvimento de competências de gestão de stress, como pilares essenciais para a saúde, o bem-estar e o sucesso académico.

Palavras-Chave: Ambientes de aprendizagem , Ensino superior , Bem-estar , Saúde mental

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 262 - VINCULAÇÃO, MENTALIZAÇÃO E SAÚDE MENTAL NA ADOLESCÊNCIA: UMA ANÁLISE DE PERFIS LATENTES

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Sara Espadilha[1], Catarina Madureira[2], Miguel Barbosa[3]

[1]Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa. Lisboa. Portugal; Centro de Investigação em Ciência Psicológica (CICPSI), Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa. Lisboa. Portugal, [2]Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa. Lisboa. Portugal, [3]Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa. Lisboa. Portugal; Centro de Investigação em Ciência Psicológica (CICPSI), Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa. Lisboa. Portugal; Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa. Lisboa. Portugal

Introdução: A adolescência é um período marcado por mudanças significativas a nível emocional, social e cognitivo. A investigação tem destacado o papel central da vinculação, da capacidade de mentalização e da saúde mental no desenvolvimento dos adolescentes. Este estudo teve como objetivo identificar perfis latentes de adolescentes com base em três domínios fundamentais: vinculação (à mãe, ao pai e aos pares), saúde mental (dificuldades emocionais e comportamentais) e mentalização. A amostra foi composta por 1790 adolescentes portugueses com idades entre os 10 e os 14 anos (M = 12.25; DP = 1.36), dos quais 50.5% do sexo feminino. **Método:** Recorreu-se à Análise de Perfis Latentes após imputação múltipla dos dados. O modelo com três perfis apresentou um equilíbrio ideal entre parcimónia estatística e interpretabilidade teórica. **Resultados:** Os perfis identificados foram o Perfil 1 – Ambivalente (31.82%), caracterizado por níveis intermédios de vinculação, mentalização média e maiores níveis de dificuldades emocionais/comportamentais, o Perfil 2 – Vulnerável (9.6%), com menor qualidade de vinculação parental, principalmente ao pai, mentalização média e maiores níveis de dificuldades emocionais/comportamentais e o Perfil 3 – Resiliente (58.5%), com níveis de qualidade de vinculação superiores, melhor capacidade de mentalização e menores dificuldades. Análises adicionais revelaram diferenças significativas por sexo e idade. Raparigas apresentaram maior vinculação aos pares e melhor capacidade de mentalização, enquanto os rapazes revelaram níveis mais elevados de dificuldades emocionais, especialmente nos perfis mais vulneráveis. A idade média diferiu também entre os perfis, com o grupo mais ajustado a ser significativamente mais jovem. **Conclusões:** Os resultados reforçam a utilidade da LPA para captar configurações complexas de ajustamento psicossocial na adolescência e destacam a importância de considerar diferenças desenvolvimentais e de género na avaliação e intervenção com jovens.

Palavras-Chave: adolescência, vinculação, saúde mental, mentalização

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 267 - DETERMINANTES SOCIAIS E SAÚDE MENTAL EM POPULAÇÕES MIGRANTES: CONTRIBUTOS DO PROGRAMA ACOLHER, UMA INTERVENÇÃO COMUNITÁRIA EM PORTUGAL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Iris Almeida[1], Hélio Bragança[2], Renata Benavente[3], Célia Belim[4], Cristina Vaz de Almeida[5]

[1]Egas Moniz School of Heath & Science & Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde, [2]Egas Moniz School of Heath & Science & Sociedade Portuguesa de Literacia em Saaúde, [3]Câmara Municipal de Almada, [4]Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas, Universidade de Lisboa & Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde, [5]Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde

As desigualdades em saúde nas populações migrantes resultam de determinantes sociais, económicos e estruturais que interagem ao longo do ciclo de vida. Fatores como precariedade laboral, insegurança habitacional, barreiras linguísticas e acesso limitado a cuidados de saúde contribuem significativamente para piores resultados em saúde, particularmente ao nível da saúde mental (Lebano et al., 2020; Marmot et al., 2020; Rami et al., 2023; Tenorio-Mucha et al., 2024; WHO, 2023). O Programa ACOLHER, uma iniciativa da Sociedade Portuguesa de Literacia para a Saúde, surge como uma resposta comunitária e multidisciplinar orientada para a promoção da literacia em saúde e identificação precoce de vulnerabilidades. O principal objetivo deste estudo é caracterizar os determinantes sociais da saúde e o estado de saúde, com enfoque na saúde mental, numa amostra de população migrante participante nas duas ações do Programa ACOLHER, realizadas em Almada. No estudo participaram 152 participantes migrantes (69,7% do sexo feminino e 29,6% do sexo masculino), com idades compreendidas entre os 18 e os 84 anos (M = 49,93; DP = 13,67). A amostra apresenta elevada vulnerabilidade social, destacando-se a diversidade étnica e linguística com predominância de cabo-verdianos (45,4%) e são-tomenses (26,3%), baixos níveis de escolaridade (52,6% ensino básico, 30,3% secundário), ocupações precárias ou ausência de profissão (35,5%) e acesso limitado a cuidados de saúde (37,8% enfrentam barreiras). Cerca de 48% dos participantes reportaram preocupações de saúde mental, sendo que 91.8% destes evidenciaram sintomatologia psicológica. Comparativamente à população geral, observaram-se níveis superiores de distress psicológico, particularmente em somatização, ideação paranoide e ansiedade fóbica. Os resultados evidenciam o impacto cumulativo dos determinantes sociais na saúde mental das populações migrantes, reforçando a importância de uma abordagem biopsicossocial e interseccional. A elevada prevalência de sintomatologia psicológica sugere a necessidade de estratégias de intervenção precoce, culturalmente adaptadas e centradas na comunidade. O estudo reforça a urgência de políticas públicas integradas que articulem saúde, inclusão social e equidade. Intervenções como o ACOLHER, promovidas pela Sociedade Portuguesa de Literacia para a Saúde, demonstram potencial na redução de desigualdades e na promoção do acesso a cuidados psicológicos em populações vulneráveis.

Palavras-Chave: Saúde mental; População Migrante; Determinantes sociais da saúde; Literacia em saúde

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 268 - PROGRAMA ACOLHER: UMA ABORDAGEM MULTIDISCIPLINAR À SAÚDE FÍSICA E MENTAL



Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Hélio Bragança[1], Iris Almeida[2], Célia Belim[3], Cristina Vaz de Almeida[4]

[1]Egas Moniz School of Heath & Science & Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde, [2]Egas Moniz School of Heath & Science & Sociedade Portuguesa de Literacia em Saaúde, [3]Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas, Universidade de Lisboa & Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde, [4]Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde

O Programa ACOLHER, desenvolvido pela Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde e realizado em parceria com diferentes entidades (ex. municípios, associações), visa reforçar o acesso equitativo à saúde, apoiar a integração e promover a literacia em saúde junto de migrantes, refugiados e outras populações vulneráveis. Num contexto de crescente população estrangeira em Portugal, que ultrapassou 1,54 milhões de cidadãos com autorização de residência em 2024, persistem desigualdades significativas no acesso aos cuidados de saúde, incluindo barreiras linguísticas, administrativas e sociais, que impactam diretamente a saúde física e mental destas populações. O programa opera com quatro objetivos centrais: identificar situações de risco e promover a deteção precoce de problemas de saúde, reduzir desigualdades de acesso através de mediação e encaminhamento, reforçar a literacia em saúde e promover inclusão, dignidade e respeito pela diversidade cultural. Para tal, o Programa ACOLHER utiliza equipas multidisciplinares que integram profissionais de saúde e da área social, realizando rastreios clínicos (saúde física, mental, sexual e oral), aconselhamento psicológico, consultas coletivas, atividades de promoção do bem-estar e sessões educativas sobre direitos, integração e autocuidado. A saúde mental é uma prioridade transversal: o programa oferece apoio emocional, primeiros socorros psicológicos, atividades de arte e atividade física para bem-estar, capacitação em autocuidado e acompanhamento terapêutico. O enfoque na mediação linguística é essencial para garantir comunicação eficaz e reduzir desigualdades em saúde mental. O ACOLHER demonstrou resultados significativos: elevada participação, satisfação e ganhos em literacia em saúde, deteção precoce de necessidades invisibilizadas, melhoria do acesso aos serviços e fortalecimento da autonomia dos participantes. A proximidade às comunidades, a atuação multidisciplinar e culturalmente sensível e o suporte familiar aumentam a eficácia do programa, contribuindo para a redução do isolamento social e para a inclusão. Em síntese, o Programa ACOLHER representa uma intervenção inovadora e replicável, integrando saúde física, mental e social, capacitando comunidades vulneráveis e fortalecendo a equidade, dignidade e cidadania em saúde. A continuidade e expansão do programa são essenciais para garantir a sua sustentabilidade e maximizar o impacto na saúde mental e bem-estar de migrantes, refugiados e populações vulneráveis.

Palavras-Chave: População Migrante; Literacia em saúde; Equidade

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 270 - COMPREENDER O SELF NA PERTURBAÇÃO DE PERSONALIDADE BORDERLINE

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Ana Catarina Maia Pinhel[1], Leonor Melo Dias[2], Patrícia de Jesus Lopes Pinheiro[1], Isabel Maria Morais Basto[1], William B. Stiles[3]



[1]Universidade da Maia (UMAIA); Centro de Psicologia da Universidade do Porto (CPUP)., [2]Universidade da Maia (UMAIA)., [3]Instituto Metanoia; Universidade de Miami; Universidade da Maia (UMAIA).

A Perturbação de Personalidade Borderline (PPB) compromete significativamente o funcionamento psicossocial e coloca desafios importantes à intervenção psicoterapêutica, sendo caracterizada por instabilidade emocional e relações interpessoais instáveis, frequentemente associadas a uma fragmentação identitária decorrente de experiências precoces traumáticas e desadaptativas. Estas características tendem a dificultar o progresso terapêutico e a aumentar o risco de drop-out. O Modelo de Assimilação conceptualiza os quadros psicopatológicos como resultantes de estados do self dissociados dentro da estrutura identitária. Constitui, assim, uma grelha de leitura relevante para compreender as dinâmicas internas do self em casos de PPB e o desenvolvimento e manutenção da fragmentação identitária, podendo contribuir para uma melhor compreensão desta perturbação e informar a intervenção psicoterapêutica. Neste sentido, o presente estudo teve como objetivo (a) caracterizar a estrutura identitária e a dinâmica entre as partes do self de dois clientes com PPB e (b) explorar a relação entre os nível de assimilação dessas partes e a intensidade da sintomatologia associada à PPB. Os sintomas de PPB foram avaliados com a Borderline Symptom List-23 e o sofrimento psicológico foi avaliado com o Clinical Outcome Routine Evaluation-10. O nível de assimilação foi avaliado durante as entrevistas, utilizando a Assimilation of Problematic Experiences Scale (APES). A recolha e análise de dados encontram-se atualmente em curso. Os resultados serão discutidos em termos da sua contribuição para a compreensão do funcionamento intrapsíquico na PPB e das suas implicações para a prática clínica.

Palavras-Chave: Perturbação de Personalidade Borderline (PPB); modelo de assimilação; estrutura identitária; psicoterapia.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 275 - DO DIAGNÓSTICO À REINTEGRAÇÃO: A INFLUÊNCIA DO DISTRESS NA CAPACIDADE DE MANUTENÇÃO DO EMPREGO EM PESSOAS COM DOENÇA ONCOLÓGICA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Marta Santos[1], Maria Rita Albergaria[2], Maria Inês Dominguez[1], Bebiana Leonardo[1], Joana Domingues[1], Catarina Ramos[1], Maria Teresa Silva[3]

[1]Universidade Europeia - Faculdade de Ciências da Saúde, [2]Universidade Europeia - Faculdade de Ciências da Saúde & CIDESD, [3]Unidade de Saúde da Ilha de São Miguel

Atualmente cada vez mais pessoas são diagnosticadas com doença oncológica em idade laboral ativa, a par das pessoas que, devido aos avanços das terapêuticas médicas, são consideradas sobreviventes desta doença – o que reflete um significativo aumento de pessoas em idade ativa que vivem com as consequências físicas, cognitivas e emocionais associadas ao cancro. Neste sentido, o regresso e a manutenção do emprego após diagnóstico oncológico podem assumir um papel central na recuperação psicológica, na identidade e na qualidade de vida destes indivíduos. Contudo, o distress emocional, entendido como uma experiência multifatorial de natureza psicológica, social e espiritual, pode comprometer a adaptação à doença e interferir significativamente com o seu funcionamento laboral.

Este estudo quantitativo, observacional e prospetivo, com uma amostra prevista de 360 participantes adultos com diagnóstico de doença oncológica e inseridos no mercado de trabalho aquando o diagnóstico pretende: 1) analisar a influência do distress emocional na capacidade de manutenção do emprego em pessoas com diagnóstico de doença oncológica, além de compreender de que forma variáveis emocionais, clínicas e laborais se articulam no processo de reintegração profissional após o diagnóstico; 2) adaptar e validar a *Cancer and Work Scale* (CAWSE) para uma amostra portuguesa de pessoas com doença oncológica.

A recolha de dados realizou-se entre dezembro de 2025 e será finalizada no dia 1 de maio de 2026, reunindo instrumentos de avaliação sociodemográfica, laboral e de saúde, o Termómetro Emocional e Checklist de Problemas, e a CAWSE, que avalia a probabilidade de retorno e manutenção do emprego após o diagnóstico de cancro.

Espera-se que níveis mais elevados de distress emocional estejam associados a uma menor probabilidade de manutenção do emprego e a maiores dificuldades de reintegração profissional. Os resultados poderão contribuir para o desenvolvimento de estratégias de intervenção psicológica e organizacional, promovendo o ajustamento emocional e a qualidade de vida laboral de pessoas com doença oncológica, bem como para a implementação de práticas clínicas centradas no rastreio sistemático do distress em contexto oncológico.

Palavras-Chave: Distress emocional , Doença oncológica , Reintegração laboral

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 277 - COMUNICAÇÃO PARENTAL E FUNCIONAMENTO FAMILIAR COMO PREDITORES DA ANSIEDADE, DEPRESSÃO, STRESS NA PARENTALIDADE TRANSNACIONAL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Ernestina Bonguela Candele Manuel[1], Ana Cunha[1], Marta Alves[1]

[1]Universidade da Beira Interior

Poster (OPP)

Comunicação parental e funcionamento familiar como preditores da ansiedade, depressão, stress na parentalidade transnacional

[1]Ernestina Manuel; [1]Ana Isabel Cunha; [1]Marta Alves

Introdução: A parentalidade transnacional implica desafios ao nível da comunicação e do funcionamento familiar, com possíveis impactos na saúde mental dos pais. Este estudo analisa o papel da comunicação parental e do funcionamento familiar como preditores da ansiedade, depressão e stress. A amostra foi constituída por 316 pais/mães residentes em Angola e Portugal, com idades entre 25 e 64 anos (*M* = 45,29; *DP* = 7,55), sendo 61,4% pais e 38,3% mães, todos separados de pelo menos um filho menor de 18 anos. **Método:** Trata-se de um estudo quantitativo, transversal, correlacional e explicativo, com recurso a amostragem por conveniência. Foram utilizados o Questionário sociodemográfico e de dados

complementares, o COMPA, SCORE-15 e EADS-21. **Resultados:** Foram realizadas regressões lineares múltiplas para predizer ansiedade, depressão e stress (EADS-21) a partir das variáveis de comunicação parental (COMPA) e funcionamento familiar (SCORE-15). Todos os modelos foram estatisticamente significativos: ansiedade, $F(8, 307) = 6.68$, $p < .001$, $R^2 = .148$; depressão, $F(8, 307) = 7.11$, $p < .001$, $R^2 = .156$; e stress, $F(8, 307) = 6.92$, $p < .001$, $R^2 = .153$. Quanto ao género, foram observadas diferenças estatisticamente significativas entre pais e mães nas três dimensões da EADS-21, as mães apresentaram valores superiores de ansiedade ($M = 1,56$; $DP = 2,91$), depressão ($M = 3,15$; $DP = 4,91$) e stress ($M = 4,82$; $DP = 5,12$) em relação aos pais. **Discussão:** A comunicação parental e o funcionamento familiar constituem preditores significativos da saúde mental em pais/mães que exercem a parentalidade à distância.

Palavras-Chave: funcionamento familiar; parentalidade; saúde mental

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 278 - ESTUDO EPIDEMIOLÓGICO NACIONAL SOBRE DESEMPREGO E SAÚDE MENTAL EM PORTUGAL: RESULTADOS PRELIMINARES

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Elizabeth Ramos[1], João Salgado[2], Carla Cunha[2]

[1]Universidade da Maia, [2]Universidade da Maia & Centro de Psicologia da Universidade do Porto (CPUP)

O desemprego constitui um fator de risco significativo para a saúde mental, sendo a regulação emocional um mecanismo psicológico central potencialmente subjacente a essa associação. Este estudo, inserido no âmbito de um percurso de doutoramento individual em Psicologia Clínica na Universidade da Maia, tem como objetivo examinar a relação entre dificuldades de regulação emocional e múltiplos indicadores de saúde mental, incluindo sintomas de ansiedade, depressão, sofrimento psicológico e níveis de bem-estar. Adicionalmente, pretende analisar diferenças entre grupos sociodemográficos e condições relacionadas com o desemprego e avaliar o papel moderador da regulação emocional. Os dados foram recolhidos entre fevereiro e junho de 2026, através de um inquérito online de base nacional, em parceria com o Instituto do Emprego e Formação Profissional (IEFP), dirigido a adultos (18–65 anos) registados como desempregados em Portugal continental. Os participantes responderam a instrumentos validados de autorrelato, incluindo a Generalized Anxiety Disorder-7 (GAD-7), o Patient

Health Questionnaire-9 (PHQ-9), o Mental Health Continuum-Short Form (MHC-SF), o Clinical Outcomes in Routine Evaluation – Outcome Measure (CORE-OM) e a Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS), bem como a variáveis sociodemográficas e relacionadas com o desemprego. As análises incluem estatísticas descritivas e a caracterização das distribuições das principais variáveis de saúde mental e regulação emocional, bem como a sua variação entre subgrupos sociodemográficos e condições associadas ao desemprego. Estão em curso análises adicionais para examinar associações entre regulação emocional e resultados de saúde mental, efeitos de moderação e identificação de perfis emocionais através de análise de classes latentes. Com base na literatura, espera-se que o desemprego esteja associado a níveis mais elevados de sintomatologia psicológica e menor bem-estar; no entanto, este estudo é inovador no contexto nacional e os seus resultados preliminares serão apresentados durante o congresso da Ordem dos Psicólogos Portugueses. A presente investigação contribuirá para uma caracterização abrangente da saúde mental e da regulação emocional no contexto do desemprego a nível nacional, com implicações para investigação futura, intervenção psicológica e políticas públicas.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 282 - QUOCIENTE DE ESPECTRO AUTISTA (QA): PROPRIEDADES PSICOMÉTRICAS, VALIDADE DIAGNÓSTICA E ANÁLISE FATORIAL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Graça Areias[1]

[1]ULS Coimbra

A reformulação dos critérios de diagnóstico de perturbação do espectro do autismo (PEA) no DSM-5 deu origem a inúmeros pedidos de avaliação de PEA na idade adulta. No entanto, constata-se a escassez de instrumentos adaptados para avaliação de PEA nesta faixa etária, não existindo, em Portugal, nenhum instrumento validado. Este estudo tem por objetivo analisar as propriedades psicométricas, a validade diagnóstica e explorar a estrutura fatorial do Quociente de Espectro Autista (QA) em indivíduos com perturbação do espectro do autismo (PEA) (*n* = 72), em indivíduos suspeitos de ter PEA (SPEA) (*n* = 19), na população geral clínica (PGC) (*n* = 90) e na população geral não clínica (PG) (*n* = 186). O grupo PEA

apresenta pontuações significativamente mais elevadas no QA, tendo sido constatadas diferenças significativas entre todos grupos. As pontuações distribuem-se num *continuum* que vai dos indivíduos do grupo PG, com menor pontuação, seguidos do grupo PGC, do grupo SPEA e do grupo PEA, com maior pontuação. Na amostra total os indivíduos do sexo masculino apresentam pontuações significativamente superiores. No grupo PEA, esta tendência é revertida, apresentando os indivíduos do sexo feminino pontuações significativamente superiores. O QA revela ter boa capacidade discriminativa, estabilidade temporal e boa consistência interna. A estrutura fatorial do QA foi investigada através de Análise Fatorial Exploratória (AFE), tendo sido encontrado um modelo de três fatores (Detalhes/ Padrões, Cognição Social e Sociabilidade), composto por 31 itens. A adequação do modelo foi avaliada, tendo sido encontrados bons índices de ajustamento. Conclui-se que o QA tem propriedades psicométricas adequadas e utilidade como instrumento de **rastreio de sintomatologia autista**.

Palavras-Chave: adultos, avaliação, Quociente de Espectro Autista, perturbação do espectro do autismo

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 284 - "I WILL NEVER FORGET THE SHAME I FELT": A MIXED-METHODS SURVEY AMONG PEOPLE WITH RHEUMATIC AND MUSCULOSKELETAL DISEASES ON INVALIDATION BY HCP

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Inês Prates[1], Matilde Leal[2], Mariana Ortiz-Pina[3], Elsa Mateus[4], Joana Vicente[5], Ana Pinto[6], Ricardo Ferreira[7]

[1]QLV-Qualinvest Group, [2]Nursing Research Innovation and Development Centre of Lisbon (CIDNUR), School of Nursing, Universidade de Lisboa, Lisbon, Portugal; QLV-Qualinvest Group, [3]Universidad Rey Juan Carlos, [4]Liga Portuguesa Contra as Doenças Reumáticas, [5]APJOF - Associação Portuguesa de Fibromialgia, [6]CINEICC, Faculdade Psicologia e Ciências da Educacao, Universidade de Coimbra; CIDNUR, Escola Superior Enfermagem, Universidade de Lisboa, [7]Nursing Research Innovation and Development Centre of Lisbon (CIDNUR), School of Nursing, Universidade de Lisboa, Lisbon, Portugal

Background: Invalidation, defined as disbelief, dismissal, and psychologization of symptoms, is a recognized psychosocial burden in rheumatic and musculoskeletal diseases (RMDs), such as rheumatoid arthritis, lupus, osteoarthritis or low back pain. The concept comprises two dimensions: 'lack of understanding', reflecting the perceived failure of others to acknowledge or empathize with the patient's illness experience, and 'discounting', referring to the active minimization or dismissal of symptoms as exaggerated or psychological. Much of the available evidence – focused mainly on fibromyalgia (FM) – may not reflect current healthcare realities, and few studies to date have examined invalidation by healthcare professionals (HCP).

Objectives: To assess perceived invalidation by HCP among adults with RMDs, comparing it across disease groups, exploring associated factors, and its psychological and healthcare-related impact.

Methods: A mixed-methods online survey was conducted among Portuguese adults with at least one self-reported physician-diagnosed RMD. Participants completed the HCP component of the Illness Invalidation Inventory (3*I), and answered an open-ended question about personal experiences of invalidation.

Quantitative data were analyzed using qualitative data using a hybrid deductive–inductive content analysis.

Results: A total of 1410 participants (FM=502, 1 RMD=467, ≥2 RMDs=98, FM+≥1 RMD=343) were included (Mage = 46.2 years; 95% female). HCP were a source of invalidation to 48% of participants, especially in emergency (45%) and primary care (40%). Moderate levels of 'lack of understanding' and 'discounting' were found, without a statistically significant difference across the four disease subgroups. Lower educational level was associated with perceived higher lack of understanding (p <.001). Qualitative findings (n=541) highlighted symptom dismissal ("my pain was dismissed"), psychologization ("it was all in my head"), delayed diagnosis ("it took years before I received the right diagnosis"), and repeated self-advocacy ("I had to become my own advocate").

Conclusion: Invalidation by HCP is frequent across the different RMDs, with significant personal and healthcare impact. Emergency and primary care appear to be priority settings for awareness-raising and educational interventions.

Palavras-Chave: illness invalidation , rheumatic and musculoskeletal diseases , healthcare professionals , mixed methods

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 286 - VINCULAÇÃO, HOMOFOBIA INTERNALIZADA E MEDO DE INTIMIDADE EM ADULTOS RESIDENTES EM PORTUGAL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Pedro Paulo Guimarães Braga[1], Ângela Maria Pereira e Sá Azevedo[2]

[1]Universidade Católica Portuguesa- Centro Regional de Braga, [2]Faculdade de Filosofia e Ciências Sociais da Universidade Católica Portuguesa

Os indivíduos alheios à cisheteronormatividade possuem uma complexidade acrescida em seus relacionamentos afetivos e sociais face à perceção e à internalização do estigma atribuído pela comunidade a eles. No estudo desenvolvido, foi explorada a relação entre a Vinculação, a Homofobia Internalizada e o Medo de Intimidade em adultos residentes em Portugal há pelo menos 2 anos. A amostra consiste em 249 indivíduos LGB (Lésbicas, Gays e Bissexuais), que preencheram um Questionário Sociodemográfico, assim como a Escala de Vinculação do Adulto (EVA), a Escala de Homofobia Internalizada (EHI) e o *Fear of Intimacy Components Questionnaire* (FICQ). Os resultados mostram uma relação positiva entre a dimensão Ansiedade da Vinculação com a Homofobia Internalizada e o Medo de Intimidade, assim como com suas respetivas dimensões. Para além disso, indivíduos que indicaram estar atualmente numa relação amorosa apresentaram menores níveis de Medo de Intimidade e de Homofobia Internalizada e uma maior frequência de um Tipo de Vinculação Seguro. Estes resultados indicam a influência negativa da perceção e da internalização do estigma associado à população LGB nas suas relações interpessoais e de intimidade. Não obstante, as relações amorosas podem ser percebidas enquanto um fator protetor à Homofobia Internalizada e ao Medo de Intimidade, favorecendo também um Tipo de Vinculação Seguro.



Palavras-Chave: vinculação , homofobia internalizada , medo de intimidade , população LGB

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 287 - SEXUALIDADE E DEFICIÊNCIA INTELECTUAL: ATITUDES SOCIAIS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Filipa Nobre[1], Vítor Franco[1], Maria de Fátima Minetto[2], Nuno Miguel Moura[1]

[1]Universidade de Évora, [2]Universidade Federal do Paraná

A sexualidade na deficiência intelectual (DI) é uma temática complexa, que se confronta com múltiplos preconceitos. Investigar sobre este tema, permite compreender o nível de aceitação, tolerância e sensibilização da comunidade.

No presente estudo procurámos caracterizar as atitudes em relação à sexualidade das pessoas com DI: compreender se existem distinções nas atitudes consoante as dimensões da sexualidade e verificar diferenças em função de variáveis como o sexo, idade, nível de escolaridade, conhecer, ter contacto frequente e grau de parentesco.

A amostra, de conveniência, foi constituída por 307 participantes com idades compreendidas entre os 20 e os 65 anos. O estudo quantitativo utilizou o *Attitudes Towards Sexuality of Individuals with Intellectual Disability* (ASEXID) (Gil-Llario et al., 2021) e *Attitudes to Sexuality Questionnaire-Individuals with an Intellectual Disability* (ASQ-ID) (Cuskelly & Bryde, 2004). Na análise dos dados foi realizada uma Correlação de Spearman entre fatores, o teste Mann-Withney U e o teste Kruskal-Wallis, os valores do *Alfa de Cronbach* para os fatores de ambos os instrumentos variaram entre (α = .85) e (α = .49).

Os resultados apontam para uma prevalência de atitudes positivas face à sexualidade da pessoa com DI, apresentando maior expressão na dimensão “Masturbação” e variações para as variáveis observadas. Apesar da presença de atitudes conservadoras nas dimensões “Parentalidade” e “Casamento”.

Os resultados obtidos poderão ser de utilidade para a promoção de programas e políticas que visem garantir o acesso à informação e educação sexual para todos, combatendo a discriminação e a infantilização que comprometem a inclusão da pessoa com DI.



Palavras-Chave: atitudes; deficiência intelectual; sexualidade; perturbações do desenvolvimento

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 294 - ORIENTAÇÕES PARA O BEM-ESTAR E SOLIDÃO NA ERA DIGITAL: O PAPEL DO USO DO SMARTPHONE E DA PARTICIPAÇÃO SOCIAL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Alexandre Sousa Almeida[1], Maria João Gouveia[1]

[1]ISPA

Introdução: Na contemporaneidade, a ubiquidade digital reconfigurou as dinâmicas de interação, consolidando o smartphone como uma extensão funcional do self que medeia comunicação e pertença. Todavia, esta conectividade permanente parece coexistir com o agravamento da solidão percebida. Associada a riscos acrescidos de morbilidade e mortalidade, a solidão constitui um desafio de saúde pública, exigindo a identificação de recursos individuais relevantes para o ajustamento social. Neste contexto, o estudo examinou de que forma as orientações para o bem-estar — hedónica (procura de prazer e conforto) e eudaimónica (focada no sentido, crescimento e autenticidade) — se articulam com a solidão, analisando em que medida informam diferentes padrões de investimento relacional. Testou-se ainda o papel mediador da participação social e do uso do smartphone na experiência de solidão.

Método: Recorreu-se a um delineamento quantitativo e transversal com 192 participantes portugueses (M = 33.99; DP = 13.50). Aplicaram-se as escalas de Orientações Hedónicas e Eudaimónicas para as Atividades (HEMA-R), Escala de Adição ao Smartphone (SAS-SV), Questionário de Participação Social (SPQ) e Escala de Solidão da UCLA.

Resultados: As análises revelaram que a participação social se associa negativamente à solidão ($r = -.25$; $p < .001$), enquanto o uso problemático do smartphone apresentou uma correlação positiva ($r = .14$; $p = .05$). Relativamente às motivações, apenas a eudaimonia se associou significativamente à participação social ($r = .22$; $p = .002$). Numa análise de regressão múltipla, testou-se o contributo simultâneo da participação social e do uso do smartphone sobre a solidão. O modelo final revelou-se significativo [$F(2,189) = 7.97$; $p < .001$], explicando 7% da variância ($R^2 = .07$). Contudo, apenas a participação social emergiu como preditor significativo e inverso da solidão ($\beta = -.24$; $p < .001$).

Conclusão: Os resultados sugerem que a conectividade técnica, por si só, poderá ser insuficiente para responder à necessidade de pertença, salientando a relevância da participação social presencial. O estudo aponta ainda para a orientação eudaimónica como um potencial recurso psicológico associado à participação social ativa. Embora a solidão seja um fenómeno multifatorial, os dados sugerem que motivações centradas na autenticidade e propósito poderão favorecer formas mais ativas de envolvimento social.

Palavras-Chave: Solidão, Eudaimonia, Smartphone, Participação Social

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 296 - QUOCIENTE DE EMPATIA (QE): PROPRIEDADES PSICOMÉTRICAS, VALIDADE DIAGNÓSTICA E ANÁLISE FATORIAL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Graça Areias[1]

[1]ULS Coimbra

Este estudo tem por objetivo analisar as propriedades psicométricas, a validade diagnóstica e explorar a estrutura fatorial do Quociente de Empatia (QE) em indivíduos com perturbação do espectro do autismo (PEA) (*n* = 57), em indivíduos suspeitos de ter PEA (SPEA, *n* = 17), na população geral não clínica (PG, *n* = 186) e na população geral clínica (PGC, *n* = 89). Constata-se a existência de diferenças significativas na pontuação total QE entre os grupos. As pontuações distribuem-se num *continuum* refletindo o grau de empatia, que vai desde os diagnosticados com PEA, com menor pontuação, aos indivíduos do grupo SPEA, grupo PGC e grupo PG, com maior pontuação. Verifica-se a existência de diferenças significativas na pontuação total QE entre os grupos PEA *vs* PG, PEA *vs* PGC e entre SPEA *vs* PG. A pontuação total QE revela-se pouco discriminativa entre os grupos clínicos com sintomatologia (PEA *vs* SPEA e SPEA *vs* PGC) e entre os grupos da população geral (PG vs PGC). O sexo masculino apresenta pontuações inferiores no QE. O QE revela ter boa consistência interna na amostra total (α = .89) e nos grupos **(.85 < α < .88)** e estabilidade temporal. A estrutura fatorial do QE foi investigada através de Análise Fatorial Exploratória (AFE), tendo sido encontrado um modelo de três fatores (Reatividade Emocional, Aptidões Sociais e Empatia Cognitiva), composto por 32 itens. A adequação do modelo foi avaliada, tendo sido encontrados bons índices de ajustamento. Conclui-se que o QE tem propriedades psicométricas adequadas e revela utilidade como instrumento de avaliação da empatia **na PEA**.

Palavras-Chave: adultos, avaliação, Quociente de Empatia, perturbação do espectro do autismo

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 297 - PROGRAMA INVEST IN PLAY EM PORTUGAL: RESULTADOS PRELIMINARES EM PAIS E CRIANÇAS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Maria João Seabra-Santos[1], Tatiana Carvalho Homem[2], Andreia Fernandes Azevedo[2], Sara Leitão[2], Maria Inês Correia[1], Leonor Pereira[1], Maria Filomena Gaspar[1]



[1]Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, [2]CINEICC

O programa *Invest in Play@*, criado recentemente por uma equipa de profissionais de vários países europeus, destina-se a capacitar pais, mães ou outras figuras parentais de crianças dos 2 aos 12 anos nos princípios da parentalidade positiva, com recurso a métodos de intervenção baseados na evidência científica. Visa promover o bem-estar, a autorregulação emocional e as competências sociais das crianças, assim como fortalecer a autoconfiança e a autoeficácia parentais. Comparativamente com outros programas, tem a vantagem de viabilizar a cocriação dos respetivos materiais, nomeadamente os vídeos apresentados aos pais durante as sessões do programa, de modo a ajustar-se às necessidades de cada comunidade, quer no que toca à língua, quer ao contexto étnico ou cultural. Nesta comunicação pretendemos apresentar o programa *Invest in Play* aos psicólogos portugueses, bem como os principais resultados da investigação conduzida a partir da implementação dos primeiros grupos de pais em Portugal, um em formato presencial e o outro on-line. O estudo, que é simultaneamente exploratório e pioneiro, envolveu 22 figuras parentais e avaliou os efeitos do programa em variáveis dos pais (stress, dimensões e estilos parentais) e da criança (problemas de comportamento e comportamento pró-social). Com base na literatura relativa a intervenções parentais e a um estudo piloto internacional realizado sobre este programa em particular, prevemos uma evolução positiva nas variáveis em estudo.

Palavras-Chave: intervenção parental , Invest in Play@ , stress parental , problemas de comportamento

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 305 - IMPACTO DO ABUSO E NEGLIGÊNCIA FÍSICA E EMOCIONAL NOS TRAÇOS DE PERSONALIDADE, PSICOPATIA E AGRESSÃO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Patrícia Moreira[1], Valéria Gomes[1], Marisalva Fávero[2], Candy Silva[3], Diana Moreira[4]

[1]IPNP, [2]Universidade da Maia e Centro de Psicologia da Universidade do Porto, [3]Projeto Homem, [4]IPNP e Projeto Homem

O abuso e a negligência (tanto físicos como emocionais) fazem parte das experiências adversas na infância e têm consequências psicológicas e físicas na vida dos indivíduos. Este estudo pretende compreender como estas experiências afetam os traços de personalidade, a psicopatia e a agressividade. A amostra é constituída por 1.007 indivíduos, jovens adultos e adultos de nacionalidade portuguesa. Utilizámos os instrumentos Life History Of Aggression, Childhood Adversity History Questionnaire, The NEO-Five Factor Inventory, e o Triarchic Psychopathy Measure. Os dados foram recolhidos online, com o objetivo de compreender as repercussões das experiências adversas na infância. Verificámos, através da análise de redes, que o abuso físico e emocional estão fortemente interligados e que o abuso emocional ocupa uma posição central na rede. No entanto, as relações entre negligência física e emocional indicam um impacto mais indireto. Além disso, alguns tipos de abuso e negligência apresentaram uma relação, enquanto outros não, o que pode estar relacionado com o tipo e a dinâmica do abuso.

Palavras-Chave: Experiências adversas na infância , Psicopatia , Agressão , Personalidade



Resumo Completo (Ficheiro)

PO 306 - A INFLUÊNCIA DE FATORES PSICOSSOCIAIS NO MEDO DA RECORRÊNCIA DE CANCRO EM ADOLESCENTES E JOVENS ADULTOS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Kevin Valente[1], Maria C. Neves[2], Sara Monteiro[3]

[1]Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro, Campus Universitário de Santiago, 3810-193 Aveiro, Portugal, [2]Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade do Porto, Rua Alfredo Allen, 4200-135 Porto, Portugal; Centro de Psicologia da Universidade do Porto, Universidade do Porto, Rua Alfredo Allen, 4200-135 Porto, Portugal, [3]CINTESIS@RISE, Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro, Campus Universitário de Santiago, 3810-193 Aveiro, Portugal; Departamento de Ciências Sociais e Gestão, Universidade Aberta, Rua da Escola Politécnica, n.º 147, 1269-001 Lisboa, Portugal; Centro de Estudos Globais, Universidade Aberta, Rua da Escola Politécnica, n.º 147, 1269-001 Lisboa, Portugal

A investigação na área da psicologia oncológica com adolescentes e jovens adultos (AYA) registou um crescimento durante a última década, atendendo a um aumento no número de incidências e mortes relacionadas com cancro nesta população. Estudos revelam que os AYAs com cancro enfrentam dificuldades psicológicas e emocionais, destacando o medo da recorrência da doença (FCR) como fator emergente. Desse modo, este estudo tem como objetivo testar o papel moderador da supressão emocional na relação entre FCR e sintomatologia depressiva em AYAs.

Noventa e nove AYAs com idades entre os 15-38 anos (M=23.10, DP=5.358) no recrutamento e diagnosticados com cancro entre os 15-25 anos de idade (M=19.35, DP=3.211) foram incluídos. O recrutamento ocorreu em formato presencial e online em quatro hospitais [Instituto Português de Oncologia (IPO)-Porto, IPO-Lisboa, Centro Hospitalar Universitário de São João e Centro Hospitalar Universitário de Coimbra] e na Associação Acreditar. Os instrumentos "*Fear of Cancer Recurrence – 7*" para avaliar os níveis de medo de recorrência da doença oncológica, a escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão para avaliar os níveis de sintomatologia depressiva e a subescala "Supressão" do *Emotion Regulation Questionnaire* para a supressão emocional foram utilizados.

Encontraram-se correlações positivas entre o FCR e sintomatologia depressiva [r=.359, p <.001; CI 95% (.174, .520)], assim como entre a supressão emocional e sintomatologia depressiva [r=.479, p= <.001; CI 95% (.310, .618)]. A supressão emocional não moderou a relação entre o FCR e a sintomatologia depressiva [F (1,95) =.205, p=.652; CI 95% (-.009, .014) indicando que a supressão emocional não influencia significativamente a relação entre o FCR e a sintomatologia depressiva.

Os resultados indicam que a supressão emocional não parece ter implicações na relação entre o FCR e a sintomatologia depressiva experienciada pelos AYAs. Mais investigação é necessária para que possamos compreender que variáveis desempenham um papel importante no impacto do FCR na saúde mental dos AYAs, de modo a informar futuras intervenções para esta população.

7º CONGRESSO ORDEM DOS PSICÓLOGOS PORTUGUESES
Coimbra 2026

Palavras-Chave: AYA , FCR , sintomatologia depressiva , cancro

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 307 - DOS CAMINHOS PARA O BEM-ESTAR AO AJUSTAMENTO À DOENÇA CRÓNICA: O PAPEL MEDIADOR DO COPING

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Catarina Pereira[1], Prof.ª Doutora Maria João Gouveia[2]

[1]ISPA – Instituto Universitário, [2]ISPA – Instituto Universitário; APPsyCI – Applied Psychology Research Center Capabilities & Inclusion

Os desafios físicos, psicológicos e sociais impostos pelas doenças crónicas destacam a importância de compreender o papel dos fatores psicológicos e comportamentais no processo de ajustamento. As orientações hedónicas (OH) e eudaimónicas (OE) para o bem-estar podem assumir um papel relevante neste processo, na medida em que o modo como os indivíduos definem e procuram o bem-estar influencia a escolha de atividades e comportamentos que podem favorecer uma melhor adaptação à doença ou, pelo contrário, um ajustamento menos positivo.

O presente estudo teve como objetivo analisar a relação entre as OH e OE e os indicadores de ajustamento psicológico em pessoas com doença crónica, bem como testar se as estratégias de *coping* explicam, em parte, esta relação.

Participaram 120 adultos com doença crónica, que responderam a um questionário *online,* constituído pela Escala de Motivos Hedónicos e Eudaimónicos para as Atividades – Revista (Alves et al., 2017), versão portuguesa do Inventário *Brief COPE* (Pais Ribeiro & Rodrigues, 2004), e pelas escalas Saúde Geral (SG), Saúde Mental (SM), Dor Corporal (DCor), Vitalidade (VT), Função Física (FF), Função Social (FS), Desempenho Físico (DF) e Desempenho Emocional (DE) do Questionário de Avaliação do Estado de Saúde SF-36v2 (Ferreira, 2000), consideradas enquanto indicadores do ajustamento à doença.

Os resultados evidenciaram associações positivas e significativas entre ambas as orientações para o bem-estar e os diferentes indicadores de ajustamento à doença, à exceção da FS e DF que não se associaram significativamente à OE. Ao contrário do esperado, estas associações apresentaram maior

magnitude com a OH. Paralelamente, a OH associou-se a maior utilização da estratégia de *coping* reinterpretação positiva (RP) e menor recurso à estratégia desinvestimento comportamental (DC) e, em consequência, níveis mais elevados dos indicadores de ajustamento DE, DF, FS, VT e SM. Por sua vez, a OE relacionou-se igualmente com o maior uso da estratégia RP e, consequentemente, níveis mais elevados dos indicadores DE, VT e SM.

Estes resultados sugerem que as orientações para o bem-estar se associam a indicadores positivos de ajustamento psicológico, sendo estas relações parcialmente mediadas por algumas das estratégias de *coping* adotadas, nomeadamente a RP e o DC. Assim, as orientações para o bem-estar constituem fatores relevantes no ajustamento à doença, com potencial para a promoção de trajetórias mais adaptativas de ajustamento.

Palavras-Chave: Doenças crónicas , Ajustamento psicológico à doença , Orientações hedónicas e eudaimónicas , Coping

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 310 - DO OLHAR AO COMPORTAMENTO: CONTRIBUTOS DA ATENÇÃO PARTILHADA PARA A AUTORREGULAÇÃO NA INFÂNCIA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Vera Mateus[1], Catarina Azevedo[1], Iara Vidal[2], Mónica Sobral[3], Ana Ganho-Ávila[1], Ana Osório[4], Sara Cruz[5]

[1]Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo-Comportamental, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade de Coimbra, [2]Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade de Coimbra, Coimbra, [3]Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo-Comportamental, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade de Coimbra / Programa de Pós-graduação em Ciências do Desenvolvimento Humano e Centro Mackenzie de Pesquisa sobre Infância e Adolescência, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade Presbiteriana Mackenzie, São Paulo, [4]Programa de Pós-graduação em Ciências do Desenvolvimento Humano e Centro Mackenzie de Pesquisa sobre Infância e Adolescência, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade Presbiteriana Mackenzie, São Paulo, Brasil, [5]Centro de Investigação William James, Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro

A atenção partilhada emerge por volta dos 9 meses de idade e define-se como a capacidade do bebé em coordenar a sua atenção visual com a de um parceiro social em relação a um objeto de interesse. Esta competência sustenta o desenvolvimento da autorregulação, ao proporcionar oportunidades de treino precoce do controlo atencional e inibitório, a internalização de experiências de co-regulação, e o desenvolvimento da compreensão e adesão a normas comportamentais. Ainda assim, os estudos sobre fatores precoces que contribuem para a autorregulação são escassos, focam-se sobretudo no segundo ano de vida e no desempenho global da criança, em detrimento de estratégias regulatórias utilizadas. Este estudo investiga o papel da trajetória desenvolvimental da atenção partilhada na predição da autorregulação comportamental aos 24 meses. Participam bebés nascidos a termo, com desenvolvimento

típico, avaliados aos 10, 13 e 24 meses, que integram um projeto de investigação mais vasto. A atenção partilhada é avaliada nos três momentos através das Escalas de Comunicação Social Precoce, considerando duas dimensões comportamentais: resposta à atenção partilhada (seguir o gesto de apontar e a direção do olhar do outro) e iniciação da atenção partilhada (uso espontâneo de contacto ocular e gestos para direcionar a atenção do outro). Aos 24 meses, a autorregulação é avaliada através de uma tarefa de adiamento da gratificação (4.5 minutos), na qual a criança deve evitar interagir com um brinquedo atrativo até ao regresso da investigadora. Durante a tarefa, a criança dispõe de um cubo plástico para brincar, enquanto a mãe permanece presente na sala a preencher questionários. O comportamento da criança é codificado quanto à capacidade de esperar sem tocar no brinquedo proibido, latência até ao primeiro toque no brinquedo, e estratégias regulatórias utilizadas. As codificações das tarefas comportamentais e a avaliação dos 24 meses encontram-se em curso, pelo que serão apresentados dados preliminares de 25 crianças com dados completos até à data do congresso. Espera-se que níveis mais elevados de resposta e de iniciação de atenção partilhada estejam associados a maior capacidade de inibição, maior latência até ao primeiro contacto com o objeto e uso de estratégias mais adaptativas. Estes resultados poderão contribuir para a identificação precoce de trajetórias de risco e desenvolvimento de intervenções preventivas focadas na promoção da atenção partilhada nos primeiros anos de vida.

Palavras-Chave: Atenção Partilhada; Autorregulação Comportamental; Controlo Inibitório; Infância

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 311 - RESET – DO AUTOMÁTICO AO CONSCIENTE: DESENVOLVIMENTO DE UM PROGRAMA PARA ADIÇÕES COMPORTAMENTAIS EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Sofia Correia Alves[1], Sandra Luísa Alves Xavier[1], Maria João Ruivo Ventura Martins[1], Alícia Rosa Martins[1], Ana Beatriz Marques Carvalhinho[1], Ana Sofia Caetano[1], Andreia Filipa Figueiredo Ferreira[1]

[1]Serviços de Ação Social da Universidade de Coimbra

As adições comportamentais, incluindo o uso problemático da internet, *gaming*, *gambling,* redes sociais e compras compulsivas, têm vindo a assumir crescente relevância clínica, particularmente entre estudantes universitários. Este grupo encontra-se numa fase de transição significativa, marcada pela saída do ambiente familiar, pressões académicas e incerteza face ao futuro, o que amplifica a vulnerabilidade emocional e a propensão para o recurso a comportamentos de risco como estratégia de coping. A desregulação emocional, a impulsividade e a presença de sintomatologia ansiosa ou depressiva constituem fatores de risco relevantes.

O presente trabalho tem como objetivo a construção do programa RESET – do Automático ao Consciente – uma intervenção breve e estruturada dirigida a estudantes universitários, com foco nas adições comportamentais. O programa assume uma função preventiva e interventiva, destinando-se tanto a estudantes em fases iniciais de risco como a estudantes que já apresentam padrões comportamentais mais estabelecidos. O RESET visa promover a literacia em saúde mental neste domínio, fomentar a motivação para a mudança e desenvolver competências de autorregulação emocional e comportamental.

A intervenção será composta por três sessões estruturadas, assentando nos princípios da entrevista motivacional, com uma postura colaborativa, empática e centrada na pessoa, orientada para a exploração da ambivalência e para a promoção da motivação intrínseca para a mudança. Cada sessão

integrará componentes de psicoedução e estratégias cognitivo-comportamentais, bem como processos centrais das terapias de terceira geração, nomeadamente a aceitação, a desfusão cognitiva, a clarificação de valores, incluindo conteúdos teóricos, exercícios experienciais e práticas aplicadas ao quotidiano dos participantes. Será apresentada detalhadamente a estrutura das sessões, com especial ênfase na aplicabilidade em contexto de serviços de apoio psicológico no ensino superior.

Espera-se que a participação no RESET contribua para o aumento da autoeficácia, da motivação para a mudança e da flexibilidade psicológica, bem como para a redução de comportamentos aditivos e para uma melhoria do bem-estar psicológico. Este programa pretende responder à escassez de intervenções breves empiricamente fundamentadas, dirigidas a estudantes universitários, contribuindo para o desenvolvimento de respostas em contexto de serviços de apoio psicológico no ensino superior.

Palavras-Chave: Adições comportamentais , Estudantes universitários , Entrevista motivacional , Terapias de terceira geração

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 315 - RUPTURAS IDENTITÁRIAS E LUTO MIGRATÓRIO: UM ESTUDO DE CASO EM PSICOLOGIA INTERCULTURAL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Vítor Coelho Batista da Luz[1], Raissa Atzingen[2]

[1]Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, [2]Psi Terapia no Exterior

A migração configura-se como uma experiência potencialmente disruptiva, marcada por perdas simbólicas e concretas que incidem sobre a identidade, os vínculos e o funcionamento emocional. Este estudo de caso tem como objetivo analisar o acompanhamento psicológico de uma mulher brasileira imigrante, evidenciando os impactos do luto migratório na reorganização identitária e conjugal, bem como as estratégias clínicas utilizadas no processo terapêutico. A avaliação foi conduzida por meio de entrevistas clínicas semiestruturadas, observação sistemática e acompanhamento longitudinal, permitindo a identificação de sofrimento emocional significativo de natureza reativa, associado à acumulação de perdas no contexto migratório. A conceptualização clínica fundamentou-se no Modelo Dual do Luto (Stroebe & Schut), na teoria da Reconstrução de Significado (Neimeyer) e na noção de perda ambígua (Boss), articuladas às contribuições de Achotegui (2000, 2005, 2010) sobre o luto migratório, compreendido como um processo contínuo, multifacetado e composto por perdas múltiplas, que atravessam a experiência do imigrante. Integra ainda a literatura sobre lutos não reconhecidos ou desprivilegiados (Doka), considerando que muitas dessas perdas não são socialmente legitimadas, dificultando sua elaboração. Adicionalmente, dialoga com autores da identidade cultural, como Hall (1992), Bhabha (1994) e Martins (2004), possibilitando uma leitura integrada das dimensões emocionais, relacionais e identitárias. Os resultados evidenciaram uma fragilização do senso de continuidade do self, marcada por insegurança, medo do insucesso migratório, sobrecarga relacional e comprometimento do autocuidado. A intervenção, de base integrativa, articulou princípios da Gestalt-terapia, psicologia intercultural e Terapia Cognitivo Comportamental (técnicas de psicoeducação e reestruturação), promovendo ampliação da consciência, maior capacidade de gestão emocional e reconstrução narrativa. Observou-se, ao longo do processo, uma evolução na estabilidade emocional, reorganização identitária, sendo esta conceptualizada como algo fluido e dinâmico impactada por diferentes culturas, fortalecimento da autorresponsabilidade e redefinição do plano migratório. O estudo destaca a relevância do

reconhecimento do luto migratório na prática clínica, bem como a necessidade de intervenções culturalmente sensíveis que integrem sofrimento, identidade e contexto.

Palavras-Chave: Luto migratório , Identidade , Psicologia intercultural , Estudo de caso

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 316 - ON BECOMING A PSYCHOLOGIST: A SWOT ANALYSIS OF THE ACADEMIC INTERNSHIP EXPERIENCE

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Miguel Trigo[1], Sandra Brito[2], Afonso Paixão[3], Olga Tomás[3], Joana Duarte Pereira[3], Alexandre Almeida[4], Cláudia Peres[4], Filipa Muchacho[4], João Correia[4], Mariana Pinto[5], Marisa Matos[6], Maria Batista[6]

[1]ISPA - Instituto Universitário. Unidade Local de Saúde de São José, Hospital Júlio de Matos, [2]Unidade Local de Saúde de São José, Hospital Júlio de Matos. ISPA - Instituto Universitário, [3]Unidade Local de Saúde de São José, Hospital Júlio de Matos, [4]ISPA - Instituto Universitário, [5]Universidade de Lisboa, Faculdade de Psicologia, [6]Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias

Introduction: The academic internship is a foundational cornerstone in Psychology training, playing a pivotal role in the development of clinical competencies and the shaping of professional identity. It represents a critical transition that poses significant challenges regarding training quality, personal and professional identity development, and the future of psychological care in Portugal. Thus, a systematic analysis of this experience is crucial to guide evidence-based improvements in the educational system.

Objectives: Conduct a SWOT analysis (Strengths, Weaknesses, Opportunities, Threats) to evaluate the academic internship experience in clinical Psychology.

Methodology. Design: Two focus groups (120 minutes each) were conducted and moderated by two researchers. Data were analysed through qualitative content analysis of verbatim transcriptions. This approach facilitated the exploration of participants' critical reflections, allowing for the identification of transverse patterns within the academic internship experience. **Participants:** The sample comprised six master's students in their final year of clinical Psychology, from three universities in Lisbon (four females, two males). Informed consent was obtained.

Results: Key “strengths” include qualified supervision (when consistently provided), integration into multidisciplinary teams, and exposure to a broad

spectrum of clinical experiences. Conversely, “weaknesses” encompass inconsistent supervision, a lack of standardized protocols for continuity of care, and challenges of balancing academic requirements with clinical demands. “Opportunities” emerge through the development of professional identity, the acquisition of core competencies, and exposure to varied intervention settings. Finally, “threats” pertain to precarious working conditions, emotional vulnerability facing complex cases, and psychological barriers such as “impostor syndrome”.

Conclusions: The findings underscore the importance of systematically structuring internship programs and establishing clear protocols encompassing scheduling, preliminary characterization of host institutions, and stronger alignment with observational internships during undergraduate studies. Furthermore, it is essential to ensure consistent, high-quality supervision and to bolster support mechanisms for interns. These results offer relevant recommendations for educational institutions and regulatory bodies, such as the Portuguese Psychological Association.

Palavras-Chave: Academic Internship; Psychology Training; SWOT Analysis; Professional Identity.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 322 - CRESCER CONTIGO A DOIS NA GRAVIDEZ: DESENVOLVIMENTO E AVALIAÇÃO DE UMA INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL PERINATAL EM CASAIS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Tatiana Dias[1], Helena Moreira[1]

[1]Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo-Comportamental da Universidade de Coimbra

A elevada prevalência de psicopatologia pré-natal constitui uma preocupação de saúde pública, estimando-se que 26% das mulheres e 10% dos homens desenvolvam sintomatologia ansiosa e/ou depressiva clinicamente significativa durante a gravidez. A sua prevenção é prioritária, dado o impacto adverso no bem-estar materno/paterno, no neurodesenvolvimento do bebé/criança, nos resultados obstétricos/neonatais e na adaptação ao pós-parto, especialmente quando ambos os membros do casal são afetados. Contudo, o investimento em respostas preventivas atempadas, especializadas, acessíveis e dirigidas ao casal durante a gravidez é limitado, particularmente em Portugal.

Este projeto visa colmatar esta lacuna através do desenvolvimento e avaliação da aceitabilidade, viabilidade e eficácia de uma intervenção psicológica diádica e *blended*, de prevenção indicada, dirigida a casais que esperam um filho.

Será realizado um estudo de aceitabilidade de intervenções eHealth na gravidez para identificar necessidades e preferências dos casais, que irão informar o desenvolvimento da intervenção. Esta terá por base a abordagem cognitivo-comportamental e incorporará estratégias de mindfulness e autocompaixão. De seguida, será conduzido um estudo piloto com 30 casais para avaliar a aceitabilidade e viabilidade da intervenção e dos procedimentos de investigação. Serão elegíveis casais no 2º trimestre da gravidez, em que pelo menos um dos membros apresente sintomatologia pré-natal ansiosa (ERAP 21-41) e/ou depressiva (EPDS 7-19) leve a moderada, confirmada em entrevista clínica. Serão realizadas entrevistas aos participantes para explorar a sua experiência e otimizar a intervenção e os procedimentos. Por fim, será conduzido um ensaio clínico aleatorizado para avaliar a eficácia da intervenção em comparação com o tratamento habitual (amostra mínima de 112 casais; 56/condição). Será ainda explorado o papel mediador de potenciais mecanismos psicológicos e diádicos na explicação da resposta terapêutica.

Espera-se que esta intervenção inovadora contribua para a redução e prevenção de psicopatologia perinatal e para a promoção da saúde mental positiva e do ajustamento diádico durante a gravidez, facilitando transições mais adaptativas para a parentalidade e trajetórias de desenvolvimento mais saudáveis nas gerações futuras. É expectável que o formato blended permita ultrapassar barreiras comuns no acesso aos cuidados psicológicos perinatais, tornando-os acessíveis a casais de todo o país.

Palavras-Chave: Saúde Mental Perinatal , Gravidez , Casal , Intervenção Psicológica Blended

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 327 - CYBERBULLYING E SUA RELAÇÃO COM OS SINTOMAS EMOCIONAIS NEGATIVOS E A CONFIANÇA INTERPESSOAL NA ADOLESCÊNCIA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Maria da Luz Vale Dias[1], Mariana Pinho[1]

[1]Universidade de Coimbra, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

As novas tecnologias da informação e sua acessibilidade tornaram a Internet uma ferramenta fundamental para os adolescentes comunicarem e acederem a diversos serviços e funções, desempenhando um papel importante na sua vida e interação social. No entanto, verifica-se um aumento de intimidação e insultos entre adolescentes, através dos meios de comunicação. Na análise deste fenómeno, a Confiança Interpessoal surge como um conceito potencialmente relevante, na medida em que é considerada a chave para o desenvolvimento socioemocional e competências interpessoais.

O principal objetivo deste estudo é determinar a relação entre *cyberbullying*, sintomas emocionais negativos e confiança interpessoal. Busca verificar de que forma o cyberbullying e seus fatores (vitimização e agressão) exacerbam sintomas emocionais negativos e baixos níveis de confiança interpessoal. O estudo também visa analisar o papel da facilidade em fazer amigos e do género.

A pesquisa inclui 270 sujeitos, de ambos os sexos, dos 12 aos 17 anos, a frequentarem o 8º e o 9º ano de escolaridade no município de Coimbra. Responderam a um questionário sociodemográfico e às adaptações portuguesas dos seguintes instrumentos: Escala de Ansiedade, Depressão e Stresse para crianças (EADS-C-21), dois questionários relativos ao *cyberbullying* (CBQ e CBQ-V) e Escala de Crenças Generalizadas de Confiança – Adolescência Tardia (CGC-A).

Os resultados revelaram que os fatores de *cyberbullying* (agressão e vitimização) predizem significativamente a confiança interpessoal, a depressão, a ansiedade e o stresse, sendo a vitimização um preditor chave. Existem diferenças significativas de género, sendo a agressão mais prevalente nos rapazes e a depressão nas raparigas. A depressão, ansiedade e stresse estão significativamente e negativamente, de forma modesta, associados à crença na confiança interpessoal. Não foram encontradas diferenças significativas nas experiências de *cyberbullying* com base na facilidade de fazer amigos, nem uma relação significativa entre *cyberbullying* e as retenções. No entanto, há uma correlação positiva moderada e significativa entre as experiências de cyberbullying, agressão e vitimização.

Os dados desta pesquisa contribuem para a compreensão da relação entre comportamentos de *cyberbullying* e sintomas emocionais negativos, bem como com crenças sobre confiança interpessoal, revelando associações interessantes. As limitações e as implicações educacionais e clínicas da pesquisa são discutidas.

Palavras-Chave: ciberbullying, sintomas negativos, confiança interpessoal, adolescência

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 333 - DEPENDÊNCIA EMOCIONAL: UMA PERSPECTIVA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL A PARTIR DA TEORIA DO APEGO E DOS ESQUEMAS INICIAIS DESADAPTATIVOS (EIDS)

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

ANTONIA GRAZIANNE FERREIRA DIAS[1], Bárbara Braga de Lucena[1]

[1]Unichristus

A dependência emocional (DE) nas relações amorosas constitui um padrão relacional disfuncional caracterizado por necessidades afectivas insatisfeitas, medo da separação, procura excessiva de validação e investimento desproporcionado no parceiro. Atendendo à relevância clínica e à ainda limitada consolidação teórica do constructo, o presente estudo teve como objectivo analisar a relação entre estilos de apego (vinculação) e esquemas iniciais desadaptativos (EIDs) na manutenção da dependência emocional. Trata-se de um estudo de revisão integrativa da literatura. A busca foi realizada em novembro de 2022 nas bases de dados reunidas na Biblioteca Virtual em Saúde, SciELO, Lilacs e PubMed. Foram utilizados dois eixos com os descritores: Dependência Psicológica *("Psychological Dependence"*), OR "Dependência Emocional" *("Emotional Dependency")* AND "Apego" *("Attachment");* e Dependência Psicológica *("Psychological Dependence"),* OR "Dependência Emocional" *("Emotional Dependency"),* AND Esquemas Iniciais Desadaptativos *("Early Maladaptative Schemas")* OR "Esquemas" *("Schemas").* Inicialmente foram encontrados 356 estudos e, após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, leitura dos resumos, 11 estudos compuseram a amostra final. Os dados coletados foram analisados por meio da análise de conteúdo de Bardin. Os resultados apontam para uma associação entre dependência emocional e apego inseguro, em particular o estilo ansioso-ambivalente, marcado por ansiedade de separação, medo de abandono e necessidade persistente de proximidade e confirmação afectiva. No plano cognitivo, destacou-se a predominância do esquema de desconfiança/abuso, bem como de crenças

centrais de desamor, desamparo e desvalor, além da possível presença da distorção cognitiva designada falácia da mudança. Os achados sugerem ainda que experiências precoces com cuidadores instáveis, pouco responsivos ou emocionalmente indisponíveis podem comprometer a construção de vínculos seguros e favorecer padrões afectivos disfuncionais na vida adulta. Conclui-se que a dependência emocional ultrapassa a noção de intensidade afectiva, configurando-se como um fenómeno complexo, sustentado por factores desenvolvimentais, cognitivos e relacionais. A articulação entre a teoria do apego e o modelo dos EIDs revela-se clinicamente útil para a compreensão do fenómeno, podendo contribuir para o aperfeiçoamento da avaliação psicológica e para o delineamento de intervenções terapêuticas mais precisas.

Palavras-Chave: Dependência Emocional; Estilos de apego (vinculação); Esquemas Iniciais Desadaptativos (EIDs).

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 335 - CONFIANÇA INTERPESSOAL E PROBLEMAS DE COMPORTAMENTO: UM ESTUDO COM ADOLESCENTES

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Maria da Luz Vale Dias[1], Carla Costa[1]

[1]Universidade de Coimbra, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

A Confiança Interpessoal é um fenómeno interdisciplinar essencial para compreender o funcionamento das relações sociais. Assim, pode ser considerada como um constructo universal vital para o funcionamento da sociedade e do indivíduo. No contexto da investigação atual em psicologia, a confiança interpessoal tem-se destacado como variável de relevo para compreender a adaptação ao meio social e o comportamento nas relações sociais. Neste sentido, a presente investigação pretende explorar a existência de uma relação entre a confiança interpessoal e os problemas de comportamento na adolescência, num contexto escolar, considerando também o papel de outras variáveis como o sexo dos sujeitos e o nível socioeconómico.

Para a recolha de dados, utilizou-se uma amostra de 157 adolescentes (80 rapazes), a frequentar o 7º, 8º e 9º ano de escolaridade, nos Concelhos de Coimbra e de Beja (Portugal), com uma média de idades de 13 anos e 8 meses (DP=0.97). Responderam a um Questionário Sociodemográfico e às adaptações portuguesas da GTB-LA – *Generalized Trust Beliefs-Late Adolescents* e do Inventário de Problemas do Comportamento YSR – *Youth Self-Report* de Achenbach. Através do teste *Kolmogorov-Smirnov*, observou-se que a escala da confiança interpessoal não segue uma distribuição normal (p<.05), (K-S, p=.001), optando-se por testes não paramétricos, que incluíram o cálculo do coeficiente de correlação de *Spearman*, Testes U de *Mann-Whitney* e o Teste de *Kruskal-Wallis*.

Os resultados revelam relações de associação inversa moderadas entre as bases e alvos da confiança interpessoal e os problemas de comportamento na adolescência. Foram encontradas diferenças significativas em função do género.

Em suma, esta pesquisa permite destacar a importância do estabelecimento de relações de confiança para o adolescente, uma vez que estas se associam à sua capacidade de aprendizagem e adaptação ao meio social, ressaltando-se caminhos específicos para a intervenção psicológica. Com efeito, os resultados reforçam a ideia de que a confiança é um fator promissor para prevenção dos desvios de comportamento, podendo ser um alvo no tratamento de jovens com problemas de comportamento. Este estudo possibilitou ainda obter informação relativamente às diferenças de género, o que permitirá ajustar as práticas e estratégias de atuação com rapazes e raparigas. Contribuiu ainda para responder a uma lacuna na investigação, dado que não existem, ou são escassos, os estudos que relacionam estas variáveis.

Palavras-Chave: Confiança Interpessoal, Problemas de Comportamento, Adolescência

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 337 - TRAÇOS DE FRIEZA EMOCIONAL E AGRESSÃO MOTIVACIONAL: O PAPEL MEDIADOR DA AUTORREGULAÇÃO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Catarina Braz Ferreira[1], Patrícia Figueiredo[2], Sofia Silva[1], Eduarda Ramião[3], Ricardo Barroso[4]

[1]Universidade de Coimbra, [2]Universidade da Maia, [3]Escola Superior de Saúde do Politécnico do Porto, [4]Universidade do Porto

A prática de comportamentos violentos pode ser influenciada por aspetos temperamentais, e por traços da personalidade do indivíduo. O presente estudo analisa o papel da autorregulação, enquanto mediador na relação entre os traços de frieza emocional e a prática de agressões de carácter proativo (n = 746, 66% males) e reativo (n = 1552, 59.4% males), em duas amostras comunitárias de adolescentes portugueses. Os resultados desta investigação destacam o papel da autorregulação, a qual explica a associação entre os traços de frieza emocional e a agressividade proativa e reativa. A presente investigação sustenta que o estudo dos comportamentos agressivos, com foco em variáveis pessoais do sujeito, poderá contribuir para o desenvolvimento de intervenções preventivas. Tal revela-se premente, potenciando a redução do número de incidentes violentos, e a recorrência de comportamentos agressivos na comunidade.

Palavras-Chave: autorregulação , adolescência , agressão reativa-proativa , frieza emocional

PO 342 - COMMUNICATION IN REMOTE CARE: A MODALITY-SENSITIVE SYSTEMATIC REVIEW OF DIGITAL HEALTH INTERACTIONS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Maria João de Freitas[1], Valéria Valente[2], Eduarda Ramião[3], Artemisa R. Dores[3]

[1]ESS, Polytechnic of Porto, Rua Dr. António Bernardino de Almeida, nº 400, 4200-072 Porto, Portugal; CIR, ESS, Polytechnic of Porto, Rua Dr. António Bernardino de Almeida, nº 400, 4200-072 Porto, Portugal, [2]ESS, Polytechnic of Porto, Rua Dr. António Bernardino de Almeida, nº 400, 4200-072 Porto, Portugal; Laboratory of Psychological Neuroscience, Department of Basic Psychology, School of Psychology, Universidade do Minho, [3]ESS, Polytechnic of Porto, Rua Dr. António Bernardino de Almeida, nº 400, 4200-072 Porto, Portugal; CIR, ESS, Polytechnic of Porto, Rua Dr. António Bernardino de Almeida, nº 400, 4200-072 Porto, Portugal; Laboratory of Neuropsychophysiology, Faculty of Psychology and Education Sciences, University of Porto, Porto, Portugal

Introdução:
As tecnologias de saúde digital têm transformado a prestação de cuidados ao facilitar a comunicação clínica através de telehealth, eHealth e mHealth. Apesar da sua expansão, as implicações comunicacionais permanecem pouco sistematizadas, sendo frequentemente tratadas como homogéneas. Dado o papel central da comunicação nos resultados em saúde, importa compreender como diferentes modalidades digitais influenciam a interação clínica.

Método:
Revisão sistemática conduzida segundo as diretrizes PRISMA 2020, com protocolo registado no PROSPERO. Foram incluídos 112 estudos empíricos (2010–2025) provenientes de MEDLINE, Scopus, Web of Science e CINAHL. Foi desenvolvida uma taxonomia centrada na comunicação para classificar as intervenções de acordo com sincronia, características do meio de comunicação e grau de automação, permitindo uma síntese sensível à modalidade utilizada.

Resultados:
A comunicação emergiu como um mecanismo central associado ao envolvimento, satisfação, confiança e aliança terapêutica. Identificaram-se desafios recorrentes, incluindo redução de pistas não verbais, ambiguidade em contextos assíncronos e interrupções tecnológicas. Os estudos de sistemas automatizados levantaram questões de transparência e confiança. Como facilitadores, destacam-se estratégias estruturadas e formação em competências digitais. As modalidades síncronas (especialmente em formato vídeo) preservam melhor a dimensão relacional, enquanto as modalidades assíncronas e automatizadas aumentam a flexibilidade, mas reduzem a profundidade da interação.

Discussão e conclusão:
A prestação de cuidados de saúde à distância envolve ambientes comunicacionais distintos, que moldam a interação e os resultados. A qualidade da comunicação depende das competências dos profissionais de saúde e da conceção das plataformas. Persistem desafios de equidade, sobretudo em populações com menor acesso ou literacia digital. As tecnologias de saúde digital não são canais neutros de transmissão, mas configuram a natureza da comunicação clínica, implicando dinâmicas específicas com impacto na relação terapêutica e nos resultados em saúde. A adoção destas tecnologias requer uma abordagem intencional que integre comunicação, desenvolvimento tecnológico e formação, sendo necessária investigação futura sobre competências comunicacionais digitais e impacto na qualidade dos cuidados de saúde.

Palavras-Chave: Digital health; Health communication; Remote care; Patient–clinician interaction

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 343 - ADAPTAÇÃO E VALIDAÇÃO DO QUESTIONÁRIO DE SUSCETIBILIDADE DE JOVENS A INFLUENCIADORES NAS REDES SOCIAIS (QSJ-IRS) EM JOVENS ADULTOS PORTUGUESES

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Joana Carvalho[1], Odília Caetano[1]

[1]Instituto Superior Miguel Torga (ISMT)

A crescente utilização das redes sociais tem reforçado o papel dos influenciadores digitais como agentes determinantes na modelação de atitudes e comportamentos, especialmente em jovens adultos. Contudo, apesar da atualidade e relevância deste fenómeno, verifica-se que a investigação em Portugal carece ainda de instrumentos psicométricos validados que avaliem especificamente a vulnerabilidade dos indivíduos a este tipo de persuasão digital.

O presente estudo descreve o processo de adaptação transcultural e validação do Questionário de Suscetibilidade de Jovens a Influenciadores nas Redes Sociais (QSJ-IRS) para a população portuguesa. O instrumento baseia-se no *Susceptibility to being Influenced by Social media influencers* (SUSIS) Questionnaire (Alves de Castro, 2023), desenhado para avaliar a permeabilidade individual às recomendações e comportamentos de figuras de influência *online*.

A amostra compreende jovens adultos portugueses (18-30 anos), utilizadores ativos de plataformas digitais. A recolha de dados, de natureza não probabilística e por conveniência, decorre entre março e maio de 2026 via plataformas *online*. O procedimento de adaptação seguiu as diretrizes internacionais, integrando uma análise de conteúdo por peritos e a avaliação da equivalência semântica e idiomática dos itens, garantindo o rigor conceptual e a adequação cultural ao contexto nacional.

As propriedades psicométricas do QSJ-IRS serão examinadas. A fiabilidade através do cálculo da consistência interna e da estabilidade temporal. A validade de construto será testada mediante Análise Fatorial Exploratória (AFE), procurando verificar a estrutura dimensional e a estabilidade das cargas fatoriais na amostra portuguesa. Adicionalmente, proceder-se-á à análise de conteúdo de questões abertas relativas às plataformas digitais preferenciais, identificação de influenciadores de referência e motivações subjacentes ao seguimento destes influenciadores, de forma a caracterizar os padrões de consumo da amostra.

Espera-se que o QSJ-IRS evidencie robustez psicométrica, com índices de fiabilidade e validade satisfatórios. A validação deste instrumento pretende suprir uma lacuna de investigação, oferecendo uma ferramenta fidedigna para futuros estudos e intervenções clínicas, particularmente em relação aos mecanismos psicológicos subjacentes ao consumo digital por jovens adultos na contemporaneidade.

Palavras-Chave: Influenciadores digitais; Jovens adultos; Redes sociais; Validação psicométrica.

Resumo Completo (Ficheiro)



PO 345 - FATORES DE RISCO PARA A VIOLÊNCIA INTERPESSOAL ENTRE ADOLESCENTES: UMBRELLA REVIEW

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Catarina Braz Ferreira[1], Diana Ribeiro da Silva[1], Daniel Rijo[1], Madalena Borges[1], Ricardo Barroso[2]

[1]Universidade de Coimbra, [2]Universidade do Porto

A violência interpessoal é um dos principais problemas de saúde pública da atualidade, sendo responsável por altos índices de mortalidade, e tradutora de consequências gravosas a longo prazo, sobretudo na adolescência. A presente investigação visa identificar os fatores de risco para a violência interpessoal, em vítimas e agressores, no período desenvolvimental da adolescência. Para tal irão ser exploradas as bases de dados PubMed, o Web of Science e a EBSCO, da qual serão extraídas revisões sistemáticas da literatura e meta-análises. Apenas serão incluídos artigos redigidos em inglês, cuja amostra seja composta por adolescentes com idades compreendidas entre os 10 e os 24 anos. Com base nestes critérios, serão ainda excluídas revisões sistemáticas da literatura cujo enfoque seja exclusivamente em contextos clínicos e/ou forenses, bem como investigação que apresentem desenhos de estudo distintos. Prevê-se que os resultados desta investigação traduzam a identificação de fatores de risco associados à violência de carácter psicológico, físico, sexual, assim como condutas negligentes, entre vítimas e agressores, em distintas relações interpessoais. Este estudo visa contribuir para o desenvolvimento de programa interventivos ao nível das práticas de violência, enfatizando este fenómeno no sentido de reduzir a sua incidência, e contribuir para a prevenção futura.

Palavras-Chave: violência interpessoal , adolescência , fatores de risco , umbrella review

PO 347 - O MEDO DE RECORRÊNCIA DO CANCRO EM ADOLESCENTES E JOVENS ADULTOS: A EXPERIÊNCIA SUBJETIVA E AS ESTRATÉGIAS DE COPING

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Filipa Travanca[1], Maria Carolina Neves[2], Sara Monteiro[3]

[1]Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro, [2]Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade do Porto; Centro de Psicologia da Universidade do Porto, Universidade do Porto, [3]CINTESIS@RISE, Departamento de Educação e Psicologia, Universidade de Aveiro; Departmento de Ciências Sociais e Gestão, Universidade Aberta; Centro de Estudos Globais, Universidade Aberta



Introdução: O Medo de Recorrência do Cancro (FCR) é uma das sequelas psicológicas mais prevalentes em adolescentes e jovens adultos (AYAs). O cancro nesta fase de vida provoca uma "disrupção biográfica", forçando os jovens a gerir uma dupla crise entre as tarefas normativas de desenvolvimento e a ameaça contínua da doença. Assim, a forma como lidam com esta ameaça dita não só o seu ajustamento psicossocial, mas também a intensidade do próprio medo. Ao associar-se a elevados níveis de ansiedade e depressão, este medo afeta drasticamente a qualidade de vida a longo prazo desta população. Em Portugal, estima-se que quase 70% destes sobreviventes apresentem níveis clínicos de FCR, o que compromete fortemente a sua saúde mental.

Objetivo: O presente estudo visa compreender a experiência subjetiva do medo de recorrência da doença em AYAs sobreviventes de cancro, bem como identificar as estratégias de coping (adaptativas e desadaptativas) utilizadas para lidar com este fenómeno.

Metodologia: Inserida no "Projeto Sem Medos", esta investigação de natureza qualitativa e transversal conta com uma amostra de 24 AYAs provenientes de quatro centros hospitalares nacionais (IPO-Porto, IPO-Lisboa, CHUSJ e CHUC). A associação Acreditar colaborou na recolha de dados ao divulgar o estudo junto da sua comunidade. Foram realizadas entrevistas semiestruturadas online que abordaram, entre vários domínios, o medo de recorrência da doença, no qual se explorou a frequência deste medo, a sua evolução, que estratégias os jovens utilizaram para se adaptar e qual foi o papel tanto da família como da equipa médica na gestão do mesmo. Os dados encontram-se atualmente em fase de análise através de uma abordagem qualitativa.

Resultados: Prevê-se identificar padrões de resposta associados tanto a estratégias desadaptativas, tais como o evitamento e a hipervigilância, como também a estratégias adaptativas, nomeadamente o recurso ao apoio social e estratégias de autorregulação. Espera-se ainda que a análise aprofunde o modo como a vivência do FCR é moldada pela dependência dos cuidadores e a interrupção de planos de vida.

Conclusão: A compreensão detalhada destas experiências permitirá contribuir para o desenho de protocolos terapêuticos mais robustos e ajustados às necessidades específicas desta população, potenciando a eficácia das intervenções psicológicas no suporte à transição para a vida adulta após a doença.

Palavras-Chave: Adolescentes e Jovens Adultos (AYAs) , Medo de Recorrência do Cancro , Coping

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 348 - VINCULAÇÃO E AJUSTAMENTO ESCOLAR NA ADOLESCÊNCIA: O PAPEL MODERADOR DO SEXO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde



Sara Espadilha[1], Catarina Madureira[2], Miguel Barbosa[3]

[1]Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa. Lisboa. Portugal; Centro de Investigação em Ciência Psicológica (CICPSI), Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa. Lisboa. Portugal, [2]Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa. Lisboa. Portugal, [3]Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa. Lisboa. Portugal; Centro de Investigação em Ciência Psicológica (CICPSI), Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa. Lisboa. Portugal; Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa. Lisboa. Portugal

Introdução: A qualidade das relações de vinculação constitui um fator central no ajustamento escolar durante a adolescência. No entanto, permanece pouco claro se estas associações diferem em função do sexo, podendo refletir padrões distintos de investimento relacional entre rapazes e raparigas. **Objetivo:** Analisar o papel moderador do sexo na relação entre vinculação às figuras parentais e aos pares e o ajustamento escolar. **Método:** Participaram 1790 adolescentes (51% do sexo feminino), com idades entre os 10 e os 14 anos (*M* = 12.45; *DP* = 1.34). Foram utilizados o *People In My Life* para avaliar a vinculação e o *Student Engagement Instrument* para o ajustamento escolar. Foram realizadas regressões lineares hierárquicas, incluindo termos de interação entre sexo e vinculação, controlando a idade. **Resultados:** A vinculação à mãe, ao pai e aos pares revelou-se positivamente associada ao ajustamento escolar, sendo a vinculação à mãe o preditor mais forte. Verificaram-se efeitos moderadores do sexo: a associação entre vinculação à mãe e ajustamento escolar foi mais forte nos rapazes, enquanto a vinculação ao pai apresentou uma associação mais forte nas raparigas. Não se observaram diferenças significativas na associação entre vinculação aos pares e ajustamento escolar em função do sexo. **Conclusões:** Os resultados evidenciam que o impacto da vinculação no ajustamento escolar varia em função do sexo, sugerindo padrões diferenciados de influência parental na adolescência. Estes dados reforçam a importância de considerar o sexo na compreensão das dinâmicas relacionais e no desenvolvimento de intervenções ajustadas às necessidades específicas de rapazes e raparigas.

Palavras-Chave: adolescência; vinculação; ajustamento escolar; diferenças de sexo

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 353 - APÓS INFIDELIDADE: O PAPEL DAS EXPERIÊNCIAS DISFUNCIONAIS E DOS ESQUEMAS CENTRAIS DIALÉTICOS NAS DIFICULDADES DE PROCESSAMENTO EMOCIONAL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Maria Rita Vieira Ferreira[1]

[1]Cento Universitário de Lisboa- Universidade Lusófona

O impacto traumático, multidimensional, da infidelidade ainda é subestimado na literatura. Este estudo procurou perceber de que forma as experiências disfuncionais em pessoas que sofreram de infidelidade, predizem as dificuldades de processamento emocional por mediação dos Esquemas Centrais Dialéticos. A amostra é composta por 122 participantes (N= 122) que sofreram de Infidelidade. Os dados foram recolhidos via online. As escalas utilizadas foram: a Escala de Processamento de Dificuldades

Emocionais (Faustino et al., 2022), a Escala de Esquemas Centrais Dialéticos (Faustino, 2025) e a Escala de Experiências Disfuncionais (Faustino e Raposo, 2025). Verificou-se uma correlação negativa moderada entre as Dificuldades de processamento emocional e o Esquema Central dialético Adaptativo do self. Inversamente observou-se uma correlação positiva forte entre as Dificuldades de Processamento Emocional e o Esquema Central Dialético não adaptativo do self. As Dificuldades de Processamento Emocional e o Esquema Central Dialético dos outros e das relações não adaptativos apresentam uma correlação positiva moderada. A análise revelou que a experiência de Traição, Engano e Gaslighting estão significativamente associados a níveis mais elevados de Dificuldades de Processamento Emocional.

Os resultados obtidos corroboram as hipóteses formuladas, que consistentes com a literatura evidenciaram que o impacto da infidelidade e das experiências disfuncionais se encontra significativamente associado ao não processamento e integração das experiências emocionais (Elliott, Watson, Goldman, & Greenberg, 2004; Greenberg, 2015).

Importa salientar que os Esquemas Centrais Dialéticos das relações não adaptativos assumem um papel mais determinante na explicação das dificuldades emocionais do que a ausência de os Esquemas Centrais Dialéticos adaptativos.

Palavras-Chave: Infidelidade; Experiências disfuncionais; Esquemas centrais dialéticos; Dificuldades de processamento emocional

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 359 - FATORES PROTETORES E FATORES DE RISCO NO ENSINO SUPERIOR: TESTAGEM DE MODELOS DE RESILIÊNCIA COM ESTUDANTES DO 1º ANO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Catarina Alexandra da Silva Carneiro[1]

[1]Universidade Portucalense Infante D. Henrique

A transição para o Ensino Superior (ES) representa uma fase crítica no percurso académico e pessoal dos estudantes, particularmente no primeiro ano, sendo frequentemente marcada por exigências académicas, pessoais e sociais que podem comprometer a adaptação e o bem-estar. Neste contexto, a resiliência assume-se como um processo central na capacidade de lidar com adversidades, sendo influenciada pela presença simultânea de fatores de risco e fatores protetores. A literatura neste domínio tem evidenciado que níveis mais elevados de suporte social, sentimento de pertença e envolvimento académico estão associados a melhores indicadores de adaptação ao Ensino Superior e saúde mental, reforçando o seu papel enquanto fatores protetores. O presente estudo procura analisar a relação entre fatores de risco, fatores protetores e resiliência em estudantes do primeiro ano do ES. Participaram 521 estudantes

(63.1% do sexo feminino; *M*idade = 19.99, *DP* = 4.52), avaliados no final do primeiro semestre, em contexto de sala de aula, através de um protocolo de avaliação por autorrelato, que integra medidas de fatores de risco (e.g., stress percebido, dificuldades económicas, problemas de saúde mental), fatores protetores (e.g., suporte percebido, sentimento de pertença, envolvimento académico) e indicadores de resiliência (resiliência percebida, satisfação com a vida e ausência de indicadores clínicos de problemas de saúde mental). Os resultados evidenciaram associações negativas entre fatores de risco e indicadores de resiliência, e associações positivas entre fatores protetores e resiliência. Estes resultados são discutidos à luz das suas implicações para a promoção do bem-estar e da adaptação no primeiro ano do ES, bem como para o desenvolvimento de estratégias de intervenção psicológica e políticas institucionais orientadas para a prevenção do insucesso e abandono no ES.

Este estudo foi apoiado pelo Mecanismo de Recuperação e Resiliência da Comissão Europeia, no âmbito do programa Impulso Mais Digital: Inovação e Modernização Pedagógica no Ensino Superior - Programa de Promoção de Sucesso e Redução de Abandono no Ensino Superior.

Palavras-Chave: Resiliência , Fatores de Risco , Fatores Protetores , Ensino Superior

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 361 - REGULARMENTE – MODELO INTEGRADO DE AUTORREGULAÇÃO E COMPORTAMENTO ALIMENTAR

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Henrique Neves[1], Armando Pinho, Catarina Chaves, Sílvia Lopes & Sofia Pilar[1]

[1]ULS Braga

A obesidade é reconhecida como uma doença crónica complexa, resultante da interação de fatores biológicos, comportamentais e psicossociais, com elevada taxa de recidiva e marcada vulnerabilidade ao reganho ponderal após intervenções clínicas e cirúrgicas. A literatura evidencia que défices nos processos de autorregulação, dificuldades na regulação emocional e padrões alimentares disfuncionais constituem determinantes centrais na manutenção da doença e nos resultados pós-bariátricos. Adicionalmente, a fragmentação dos cuidados entre níveis assistenciais compromete a continuidade terapêutica e a eficácia das intervenções.
O projeto RegularMente propõe um modelo integrado de intervenção psicológica, ancorado num enquadramento biopsicossocial e operacionalizado segundo uma lógica de stepped care, articulando Cuidados de Saúde Primários (CSP) e Cuidados de Saúde Hospitalares (CSH). Nos CSP, o modelo estrutura-se em três níveis de intervenção: (i) prevenção universal, centrada na promoção da literacia em saúde, competências de autorregulação e comportamentos alimentares adaptativos; (ii) prevenção

seletiva, dirigida a indivíduos em risco, através de programas grupais estruturados baseados em abordagens cognitivo-comportamentais e experienciais; e (iii) prevenção indicada, envolvendo intervenção psicológica individualizada para casos com maior gravidade clínica. Esta fase integra avaliação multidimensional de variáveis psicológicas críticas, incluindo regulação emocional, comportamento alimentar, imagem corporal e bem-estar psicológico.
Nos CSH, o modelo contempla avaliação psicológica sistemática no processo de elegibilidade para cirurgia bariátrica, preparação pré-operatória e seguimento pós-operatório. A fase remediativa operacionaliza-se através do Bari-Curso, um programa grupal modular de 12 meses, com periodicidade quinzenal, orientado para a modificação sustentada de comportamentos, reestruturação cognitiva, adaptação à nova imagem corporal e prevenção de recaídas. Este dispositivo responde ao período de maior risco de reganho ponderal (12–24 meses pós-cirurgia), promovendo estabilidade psicopatológica e adesão terapêutica.
O modelo será implementado em contexto de ULS, com avaliação de efetividade através de indicadores clínicos, comportamentais e de qualidade de vida. A articulação funcional entre CSP e CSH constitui o núcleo inovador da proposta, visando assegurar continuidade assistencial, coerência interventiva e otimização dos resultados em saúde.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 367 - "É UM AMOR INCONDICIONAL…": VIVENCIAR A PERDA DE ANIMAIS DE COMPANHIA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Maria Luiza Albertassi Gonçalves[1], Mariana Ferreira Bulhões[1], Leonor Ferreira Neves[1], Maria Carolina de Sousa Rodrigues[1], Maria Clara de Castro Araújo[1], Francisco Alves Vieira Sinde Martino[1], Patrícia de Jesus Lopes Pinheiro[1]

[1]Universidade da Maia

O luto pela perda de animais de companhia permanece um tema pouco explorado na
investigação portuguesa, apesar da sua relevância emocional para tutores com forte vínculo
humano-animal. Muitas vezes desvalorizado socialmente, este processo pode gerar
experiências de luto intensas, comparáveis à perda de familiares humanos. O presente estudo qualitativo teve como objetivo compreender a experiência de luto associada à perda de animais de companhia, identificando os desafios vivenciados por uma tutora e os recursos percebidos como facilitadores desse processo. Utilizou-se uma amostragem por conveniência. A participante, X, com cerca de 50 anos, vivenciou a perda de dois animais de companhia, tendo sido responsável pela decisão de proceder à eutanásia. Descreveu os animais como membros da família, sublinhando a profundidade do vínculo afetivo estabelecido. Os dados foram recolhidos através de entrevista semiestruturada, gravada mediante consentimento informado. A entrevista foi transcrita

integralmente e alvo de análise de conteúdo categorial. Entre os desafios identificados destacaram-se “sentimentos de vazio”, “saudade”, e “desespero”, associados sobretudo à perda do amor incondicional e à rotura da rotina diária. Quanto aos recursos facilitadores do processo de luto, identificamos: os “rituais de despedida”, como enterrar os animais num local significativo; a “racionalização da perda”, entendendo a morte como forma de interromper o sofrimento do animal e como parte integrante da vida; e a “abertura a um novo animal”, sem que isso implicasse substituição dos vínculos anteriores. Este estudo qualitativo demonstra a complexidade do luto por animais de companhia e sublinha a urgência de maior reconhecimento científico e social desta vivência, abrindo caminho para respostas de validação e intervenção mais ajustadas às necessidades de tutores enlutados.

Palavras-Chave: vínculo humano-animal; luto; animais de companhia; estudo qualitativo.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 370 - EFICÁCIA DE UM PROGRAMA DE INTELIGÊNCIA EMOCIONAL PARA PROMOÇÃO DE SAÚDE MENTAL EM ESTUDANTES DO 1.º ANO DO ENSINO SUPERIOR

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Fátima M. Teixeira[1], Alexandra M. Araújo[1], Rosario Cabello[2]

[1]Departamento de Psicologia e Educação, CINTESIS.UPT@RISE-HEALTH, Universidade Portucalense, Porto, Portugal., [2]Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación, Facultad de Psicología, Universidad de Málaga, Málaga, España

Introdução: A transição para o Ensino Superior (ES) constitui uma fase crítica de desenvolvimento, frequentemente associada ao aumento da autonomia e da pressão académica, o que pode resultar num declínio significativo da saúde mental dos estudantes. A prevalência de sintomas de ansiedade, stresse e depressão nesta população supera, por vezes, a da população geral. A literatura sugere que o desenvolvimento de competências de perceção, compreensão e regulação emocional atua como fator protetor da saúde mental. Tais competências são contempladas no Modelo de Quatro Ramos de Inteligência Emocional (IE) de Mayer e Salovey (1997), que orienta a presente intervenção. **Objetivos:** (1) Explorar a eficácia do programa de intervenção IESA no incremento das habilidades de IE; (2) Avaliar o seu impacto na redução da sintomatologia de depressão, ansiedade e stresse. **Metodologia:** Utilizou-se um design quase-experimental com grupo de intervenção ($n = 78$) e grupo de controlo ($n = 78$). A amostra final consistiu em 156 estudantes do 1.º ano (17–25 anos), provenientes de 11 cursos diferentes de licenciatura. O Programa IESA ("Inteligência Emocional e Sucesso Académico") é uma intervenção de grupo presencial de 10 semanas, com sessões de duas horas. O programa dedica duas sessões a cada uma das quatro capacidades do modelo de habilidade: perceção, facilitação, compreensão e gestão das emoções. **Resultados:** Os resultados revelaram um efeito de interação grupo-tempo (*T*1 e *T*2) estatisticamente significativo ($p < .001$). Os participantes do grupo de intervenção demonstraram um aumento significativo nas capacidades de inteligência emocional e uma redução significativa nos níveis de depressão, ansiedade e stresse comparativamente ao grupo de controlo, que não apresentou melhorias

significativas. **Conclusões:** O programa IESA demonstra ser uma ferramenta eficaz na promoção do bem-estar psicológico durante a transição para o ES. Os resultados reforçam a importância de implementar intervenções baseadas no modelo de habilidade de IE para mitigar o desajustamento comportamental e promover a saúde mental em contexto académico.

Palavras-Chave: Inteligência Emocional , Saúde Mental , Ensino Superior

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 371 - GARRA, NECESSIDADES PSICOLÓGICAS BÁSICAS E MOTIVAÇÃO INTRÍNSECA NO BEM-ESTAR MENTAL DE ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Ana Carina Valente[1], Ana Maria Carvalho[2], Maria João Gouveia[3]

[1]ISPA/APPsyCI, [2]ISPA, [3]ISPA/ APPsyCI

Este estudo teve como objetivo analisar o papel das Necessidades Psicológicas Básicas e da motivação intrínseca para o curso no bem-estar mental de estudantes universitários portugueses, explorando o possível efeito mediador da Garra e contribuindo para a compreensão das diferenças individuais no bem-estar mental. Este trabalho enquadra-se na Teoria da Autodeterminação, que propõe que a satisfação das necessidades de autonomia, competência e relação promove formas mais autónomas de motivação, associadas a níveis mais elevados de bem-estar mental. Adicionalmente, considera-se o construto de Garra, definido como a capacidade de manter esforço e interesse consistentes face a objetivos de longo prazo, promovendo comportamentos persistentes orientados para objetivos.

Com base neste enquadramento, espera-se que a satisfação das necessidades psicológicas básicas se associe positivamente à motivação intrínseca, à garra e ao bem-estar mental, que a motivação intrínseca se associe positivamente à garra e ao bem-estar mental, e que a garra se associe positivamente ao bem-estar mental, explorando-se ainda o seu possível papel mediador na relação entre as necessidades psicológicas básicas e o bem-estar mental.

Trata-se de um estudo quantitativo, transversal e correlacional, com recolha de dados online, realizado numa amostra de conveniência de 119 estudantes universitários (até ao momento), com idade igual ou superior a 18 anos.

Os resultados preliminares evidenciaram associações positivas e estatisticamente significativas entre a satisfação das necessidades psicológicas básicas, a motivação intrínseca, a garra e o bem-estar mental. Especificamente, a satisfação das necessidades psicológicas básicas associou-se positivamente à motivação intrínseca, a qual, por sua vez, se associou positivamente à garra. Adicionalmente, a garra

associou-se positivamente ao bem-estar mental. A análise de mediação não revelou efeitos indiretos significativos, indicando ausência de mediação pela garra.

Estes resultados reforçam o papel das necessidades psicológicas básicas e da motivação intrínseca no bem-estar mental em estudantes universitários.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 374 - SAÚDE MENTAL NO ENSINO SUPERIOR: ESTRATÉGIAS DE REGULAÇÃO EMOCIONAL E SINTOMATOLOGIA PSICOLÓGICA EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Luísa Oliveira[1], Sandra Carina Guimarães[2], Claúdia Silva[2]

[1]Universidade da Beira Interior, [2]Universidade da Beira Interior, Centro de Investigação em Educação e Psicologia, UE

O bem-estar psicológico dos estudantes do ensino superior tem sido alvo de crescente atenção, dada a elevada prevalência de sintomatologia associada ao stress, à ansiedade e à depressão nesta população. Neste contexto, a regulação emocional assume um papel central na compreensão dos fatores de risco e de proteção associados à saúde mental dos estudantes.

O presente estudo teve como objetivo analisar os níveis de stress, ansiedade e depressão em estudantes do ensino superior, bem como explorar a relação destas variáveis com as estratégias de regulação emocional cognitivas e comportamentais. Participaram no estudo 315 estudantes, com idades compreendidas entre os 18 e os 53 anos, que responderam a um protocolo de avaliação constituído pela Escala de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS-21), pelo Questionário de Regulação Emocional Comportamental (BERQ) e pelo Questionário de Regulação Emocional Cognitiva (CERQ).

Os resultados revelaram níveis moderados a elevados de sintomatologia psicológica, sendo o stress a dimensão mais prevalente. Observou-se que estratégias de regulação emocional consideradas desadaptativas, como a ruminação, a catastrofização e a autoculpabilização, se associam a níveis mais elevados de stress, ansiedade e depressão. Foram ainda identificadas diferenças estatisticamente significativas em função do género e do ciclo de estudos, com as estudantes do sexo feminino e os estudantes de licenciatura a

apresentarem níveis mais elevados de sintomatologia psicológica e menor utilização de estratégias de regulação emocional adaptativas.

Os resultados obtidos sublinham a relevância da promoção da literacia emocional e da implementação de estratégias preventivas e de intervenção psicológica no contexto do ensino superior, contribuindo para a promoção da saúde mental e do ajustamento psicológico dos estudantes.

Palavras-Chave: Saúde mental; Regulação emocional; Ensino superior; Sintomatologia psicológica

PO 377 - PROJECTO «PASSO A PASSO…»: DESENVOLVIMENTO DE COMPETÊNCIAS SOCIO-EMOCIONAIS NOS ESTUDANTES DO INSTITUTO POLITÉCNICO DA GUARDA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Odília D. Cavaco[1], Cecília Fonseca[1], Manuela Figueira[1], Catarina M. Gonçalves[1]

[1]Instituto Politécnico Guarda

No contexto do Programa de Promoção da Saúde Mental no Ensino Superior – 2024/26, financiado pela Direcção Geral do Ensino Superior (DGES), foi criado, no Instituto Politécnico da Guarda (IPG), o Projecto “Passo a Passo…”. Desenvolvido de acordo com o Modelo Stepped Care, o Projecto inclui actividades de promoção da saúde, prevenção, intervenção e encaminhamento para serviços de saúde mental locais, no sentido de dar resposta às necessidades sentidas pela comunidade académica ao nível do bem-estar e da saúde mental. Após uma breve referência à estrutura geral do projecto, apresentamos aqui os resultados obtidos com as atividades desenvolvidas com os estudantes ao nível da promoção da saúde (Grupo de Artes, Bolsa de Voluntariado, Curso de Língua Gestual Portuguesa – actividades de Nível 1, Step 1 do Modelo Stepped Care), e ao nível da prevenção (Programas “AssertivaMENTE”, “Riscos & Desafios”, “PromoVER Skills 4 You”, "Espaço Partilha” – actividades de Nível 2, Step 4 do Modelo Stepped Care). O impacto destas actividades foi avaliado através de três variáveis psicológicas (autorregulação emocional, adaptabilidade de carreira, e empatia), medidas respectivamente pelas escalas *Mindful Atention and Awareness Scale (MAAS)* (versão portuguesa); *Career Adapt-Abilities Scale (CAAS)* (versão portuguesa); e Índice de Reactividade Emocional (IRI) – antes e após a implementação das actividades.
Os resultados apontam para uma melhoria, estatisticamente significativa, nas três variáveis psicológicas medidas (autorregulação emocional, adaptabilidade de carreira e empatia), após as actividades. Concluímos com uma reflexão sobre a

importância das actividades extracurriculares na saúde psicológica e no desenvolvimento pessoal dos estudantes, e também sobre aspectos a ter em conta em futuros programas.

Palavras-Chave: ensino superior, auto-regulação emocional, empatia, adaptabilidade de carreira

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 378 - O PROCESSO DE LUTO NAS PESSOAS AUTISTAS: UM ESTUDO QUALITATIVO EXPLORATÓRIO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Francisca Vieira[1]

[1]Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa

O presente estudo parte da premissa de que as características centrais da Perturbação do Espectro do Autismo (PEA) podem influenciar a forma como essa população experiencia e expressa o luto. Dada a escassez de literatura sobre o luto na população, a investigação visa aprofundar o conhecimento do processo de luto a partir da vivência pessoal dos indivíduos. Foram realizadas entrevistas semiestruturadas com cinco participantes diagnosticados com PEA, todos tendo perdido alguém significativo. A análise temática foi conduzida utilizando o software NVivo 15, identificando cinco grandes áreas: (1) Manifestações do Luto; (2) Espaço Social do Luto; (3) Reconhecimento da Dor; (4) Mudanças e Adaptação; e (5) Terapia e Diagnóstico. Os resultados indicam que o luto e as características do espectro autista influenciam-se mutuamente, com o luto intensificando a hipersensibilidade e a sobrecarga sensorial, enquanto essas características modulam a vivência emocional e social da perda. O estudo destaca a importância do reconhecimento e da validação social das experiências de luto em indivíduos autistas.

Palavras-Chave: Autismo , Luto , Hipersensibilidade

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 379 - THE MULTIDIMENSIONAL STATE BOREDOM SCALE: CROSS-CULTURAL ADAPTATION AND VALIDATION IN PORTUGAL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Diogo Carreiras[1], Camila Santana[1], Susana Maia[1], Ricardo Barbosa[1], Mariana Monteiro[2], Ana Isabel Vieira[1], Tânia Nunes[1]

[1]Universidade Lusófona - Centro Universitário do Porto, [2]Instituto Superior Miguel Torga



The present study aimed to translate and validate the Portuguese version of the Multidimensional State Boredom Scale (MSBS) to provide a reliable instrument for assessing state boredom in Portuguese adults. A total of 547 participants aged 18 to 70 (*M* = 29.01, *SD* = 12.66), predominantly female (74.1%), completed an online survey. The instruments used included a sociodemographic questionnaire, the MSBS, the Risk, Impulsive, and Self-Destructive Behaviors Questionnaire (RISQ), the Positive and Negative Affect Schedule (PANAS), the Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS), the Barratt Impulsivity Scale (BIS-11), and the Acceptance and Action Questionnaire (AAQ-II). Confirmatory factor analysis supported an acceptable fit for the original oblique five-factor structure (χ^2/df = 3.893, CFI = .907, RMSEA = .073, SRMR = .070), with standardized factor loadings ranging from .559 to .912. A second-order model also demonstrated good fit, confirming the presence of a higher-order general boredom factor. The scale demonstrated excellent internal consistency (α = .962 for total score; subscales ranging from .872 to .923), with corrected item-total correlations ranging from .335 to .797. Strong temporal stability over a four-week interval was confirmed in a subsample (*n* = 47, ICC = .880, *r* = .898), with paired-samples t-tests showing no statistically significant differences in mean scores between administrations (*p* = .771). Convergent validity was supported by significant moderate to strong positive correlations between the MSBS total score and depression (*r* = .678), experiential avoidance (*r* = .672), negative affect (*r* = .619), anxiety (*r* = .606), impulsivity (*r* = .535), and risk behaviors (r = .401), alongside a negative correlation with positive affect (*r* = -.444). Regarding demographic variables, age showed a weak negative correlation with state boredom (*r* = -.134), and gender identity revealed no significant differences in total score or any subscale. Significant main effects were found for socioeconomic status, education level, and employment status; specifically, participants with low socioeconomic status (*M* = 120.13, *SD* = 33.65), secondary education or lower (*M* = 101.27, *SD* = 37.59), and those who were both workers and students (*M* = 105.20, *SD* = 36.68) reported the highest levels of boredom compared to other groups. Collectively, these findings support the psychometric validity and reliability of the Portuguese MSBS for research and clinical assessment.

Palavras-Chave: Tédio , Psicometria , Escala Multidimensional do Estado de Tédio , Psicopatologia

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 380 - IMPLEMENTAÇÃO DE UMA CONSULTA DE DESENVOLVIMENTO IDENTITÁRIO, AFETIVO E SEXUAL NOS CUIDADOS DE SAÚDE PRIMÁRIOS: RESULTADOS PRELIMINARES DE UM ESTUDO P

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Armando F. Pinho[1], Catarina Chaves[1], Sílvia Lopes[1]

[1]ULS Braga (Unidade Local de Saúde Braga)

A integração das dimensões identitária, afetiva e sexual nos Cuidados de Saúde Primários (CSP) constitui um desafio persistente para os sistemas de saúde. O projeto *Vida X*, desenvolvido na ULS de Braga, propõe a criação de uma **Consulta de Desenvolvimento Identitário, Afetivo e Sexual (CDIAS)** ao longo do ciclo de vida, alinhada com o Plano Nacional de Saúde 2030 e com a

abordagem de curso de vida da Organização Mundial da Saúde. Esta consulta procura operacionalizar um modelo preventivo, protocolado e de baixo limiar, centrado na literacia, rastreio e encaminhamento diferenciado, contribuindo para ganhos em saúde, bem-estar relacional e eficiência assistencial.

O **estudo piloto**, em implementação em duas Unidades de Saúde Familiar, adota um **desenho misto e prospetivo**, de tipo híbrido *effectiveness-implementation*, centrado na avaliação de **viabilidade, aceitabilidade, fidelidade e adequação clínica** do modelo. Estão previstas **entrevistas semiestruturadas** a coordenadores e profissionais de saúde, **análise descritiva** da população inscrita e **aplicação experimental da consulta** nas coortes dos 15 e 45 anos, selecionadas como períodos críticos de reorganização desenvolvimental. Serão recolhidos indicadores quantitativos de processo (número de consultas, comparência, tempo médio, completude de registos, perfil de encaminhamento) e de perceção (satisfação, utilidade, conforto). A componente qualitativa incluirá análise temática de barreiras, facilitadores e sugestões de melhoria.

A abordagem metodológica baseia-se nos princípios do *Medical Research Council* para o estudo de viabilidade de intervenções complexas, integrando validação de conteúdo do guião por painel de peritos e revisão iterativa do protocolo à luz dos dados recolhidos.

Na data do congresso serão **apresentados os resultados preliminares** relativos à fidelidade de implementação, aceitabilidade por profissionais e utentes e indicadores descritivos das primeiras consultas realizadas. Estes dados deverão apoiar a consolidação do protocolo, a definição de critérios de expansão e a construção de programas grupais subsequentes, contribuindo para um modelo inovador de promoção da saúde emocional e sexual nos CSP

Palavras-Chave: Desenvolvimento humano; Saúde sexual-relacional; Cuidados primários; Implementação

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 382 - BARI-CURSO – PROGRAMA ESTRUTURADO DE INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA NO PÓS-CIRURGIA BARIÁTRICA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde



Armando F. Pinho[1], Catarina Chaves[1], Henrique Neves[1], Silvia Lopes[1], Sofia Morais[1]

[1]ULS Braga (Unidade Local de Saúde Braga)

A cirurgia bariátrica é considerada o tratamento de eleição para a obesidade grave; contudo, a manutenção dos resultados a médio e longo prazo permanece comprometida por fatores comportamentais e psicossociais, com evidência consistente de reganho ponderal entre 12–24 meses após a intervenção. Variáveis como disfunção do comportamento alimentar, comer emocional, défices de autorregulação e sintomatologia ansiosa e depressiva têm sido identificadas como preditores robustos de resultados abaixo do esperado, particularmente na ausência de acompanhamento psicológico estruturado.

O Bari-Curso constitui um programa de intervenção psicológica grupal, manualizado, dirigido a indivíduos em fase pós-operatória de cirurgia bariátrica, com duração de 12 meses e periodicidade quinzenal. O programa estrutura-se em módulos sequenciais, sustentados num modelo cognitivo-comportamental integrativo, incorporando componentes de regulação emocional, reestruturação cognitiva, mindfulness e estratégias de modificação comportamental, com enfoque na consolidação de mudanças sustentadas.

A intervenção operacionaliza-se em torno de domínios nucleares empiricamente validados: (i) modulação do comportamento alimentar e redução de padrões disfuncionais (e.g., grazing, perda de controlo); (ii) desenvolvimento de competências de autorregulação emocional e comportamental; (iii) reconfiguração da imagem corporal e identidade pós-perda ponderal; (iv) promoção de autoestima e autoeficácia; e (v) prevenção de recaídas, através da identificação de fatores de risco e implementação de estratégias de coping adaptativas. O formato grupal potencia mecanismos terapêuticos específicos, incluindo aprendizagem vicária, coesão e suporte social, relevantes na manutenção de mudanças comportamentais.

A fundamentação do programa assenta em evidência que demonstra a eficácia de intervenções psicológicas pós-bariátricas na redução de sintomatologia psicológica e comportamentos alimentares desadaptativos, bem como na melhoria da estabilidade ponderal. Estudos controlados indicam reduções significativas de ansiedade, depressão, stress e petisco contínuo em programas de acompanhamento prolongado, comparativamente ao tratamento habitual.

O Bari-Curso será implementado em contexto clínico, com avaliação longitudinal de indicadores psicopatológicos, comportamentais e de qualidade de vida, visando determinar a sua efetividade e contributo para modelos integrados de tratamento da obesidade.

Palavras-Chave: cirurgia bariátrica; terapia cognitivo-comportamental; autorregulação; comportamento alimentar

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 388 - DA IDENTIFICAÇÃO DE BARREIRAS AO CO-DESIGN DE INTERVENÇÃO: EVIDÊNCIA EMPÍRICA E IMPLEMENTATION SCIENCE NA OPERACIONALIZAÇÃO DAS EMO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Ana Trovisqueira[1], Sónia Gonçalves[2], Vera Araújo-Soares[3]



[1]ULS Médio Ave; Universidade do Minho, [2]Universidade do Minho, [3]Universidade de Heidelberg

Introdução: O Despacho 13066/2025 determina a criação das Equipas Multidisciplinares da Obesidade (EMO) em todas as ULS, integrando profissionais dos CSP e dos cuidados hospitalares no Percurso de Cuidados Integrados da Pessoa com Obesidade (PCIPO). Para a efetividade destas equipas é fundamental compreender o que inibe e o que facilita a abordagem ao excesso de peso nos CSP - a primeira linha de resposta do SNS.

Objetivos: Apresentar evidência empírica nacional sobre determinantes comportamentais da abordagem ao excesso de peso nos CSP e sobre o que profissionais e utentes consideram viável numa intervenção, discutindo as implicações para a operacionalização das EMO.

Método: Investigação em dois estudos: (1) estudo transversal nacional com questionário baseado no *Theoretical Domains Framework* (TDF), aplicado a médicos e enfermeiros dos CSP de Portugal continental (N=559); (2) estudo qualitativo: 3 *focus-group* com utentes e profissionais dos CSP (médicos, enfermeiros, nutricionistas) - região Norte de Portugal. Os dados foram articulados com base na *Implementation Science* para obtenção de contributos para a operacionalização das EMO.

Resultados: Foram identificadas barreiras a nível emocional, nos recursos contextuais e nos processos de decisão clínica, e facilitadores a nível da identidade profissional e motivação. Os focus group exploraram o que profissionais e utentes consideraram viável numa intervenção estruturada em contexto real.

Conclusões: A evidência dos CSP é indispensável para informar as EMO na definição de fluxos de referenciação, comunicação interprofissional e desenho de intervenções viáveis. A Psicologia Clínica, pela sua formação em comportamento humano e *Implementation Science*, está posicionada para traduzir esta evidência em prática clínica integrada e sustentável no SNS.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 394 - SAÚDE MENTAL NO ENSINO SUPERIOR: O PROJECTO «PASSO A PASSO…»

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Odília D. Cavaco[1], Cecília Fonseca[1], Manuela Figueira[1], Catarina M. Gonçalves[1]

[1]Instituto Politécnico Guarda

No contexto do Programa de Promoção da Saúde Mental no Ensino Superior – 2024/26, financiado pela Direcção Geral do Ensino Superior (DGES), foi criado no Instituto Politécnico da Guarda (IPG), o Projecto “Passo a Passo…”. Desenvolvido de acordo com o Modelo Stepped Care, o Projecto inclui actividades de promoção da saúde, prevenção, intervenção e encaminhamento, no sentido de dar resposta às necessidades sentidas pela comunidade académica ao nível do bem-estar e da saúde mental.



Apresentamos aqui os índices de saúde relativos à percepção que os estudantes têm de si próprios, nomeadamente quanto à satisfação com a vida académica, com a saúde em geral, quanto ao seu sono, ao consumo de substâncias, hábitos de jogo, e relações interpessoais. Os dados foram obtidos através da passagem do Questionário de Comportamentos de Saúde e Bem-Estar dos Estudantes do Ensino Superior Politécnico (QCSBE), editado pelo Conselho Coordenador dos Institutos Superiores Politécnicos (CCISP).
Quer pelos dados quantitativos, obtidos através do QCSBE, quer pelos “dados” qualitativos que nos chegaram através das impressões partilhadas pelos estudantes, com a equipa do Gabinete de Apoio Psicológico (GAP), podemos afirmar que a implementação do Projeto teve um impacto significativamente positivo nos participantes. Os dados mostram que aqueles que participaram no Projeto de forma mais activa, como é o caso dos estudantes responsáveis pela organização de eventos, ou mais “passiva”, como os que apenas estiveram presentes, ou participaram, nas acções organizadas por outros – ambos percecionaram um aumento do seu bem-estar e das suas competências socio-emocionais, quando comparados com estudantes que não participaram em actividades. Concluímos com uma reflexão sobre a importância das actividades extracurriculares e/ou dos comportamentos de saúde na saúde mental e psicológica, assim como no desenvolvimento pessoal dos estudantes.

Palavras-Chave: ensino superior, bem-estar, saúde mental, comportamentos de saúde

PO 396 - POR TI: PROMOÇÃO DO BEM-ESTAR MENTAL NAS ESCOLAS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Inês Maçãs de Carvalho[1]

[1]Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo Comportamental

O projeto Por Ti é uma iniciativa de promoção universal da saúde mental em contexto escolar, dirigida a alunos do 3.º ciclo, professores e comunidade educativa. Estruturado em duas fases complementares, o projeto visa promover o bem-estar psicológico, aumentar a literacia em saúde mental e prevenir dificuldades emocionais.

A Fase 1 consistiu no desenvolvimento e implementação de workshops psicoeducativos dirigidos a alunos, famílias e profissionais escolares, com a duração aproximada de duas horas. Entre janeiro de 2023 e janeiro de 2026, participaram 91 955 adolescentes, 3 126 familiares e 8 165 profissionais. Os resultados de satisfação indicaram elevados níveis de utilidade e aplicabilidade dos conteúdos, com a maioria dos participantes a reportar aquisição de conhecimentos em literacia emocional e motivação para a sua aplicação no quotidiano.

A Fase 2 centrou-se no desenvolvimento, implementação e avaliação de dois programas preventivos estruturados: o Protocolo Unificado Kind para Adolescentes (PU-A Kind) e o Protocolo Unificado Kind

para Professores (PU-TEACH Kind). Ambos são baseados no Protocolo Unificado para o Tratamento Transdiagnóstico de Perturbações Emocionais. Ambas as versões adaptadas integram componentes de compaixão e autocompaixão, visando promover estratégias adaptativas de regulação emocional, reduzir fatores de risco para perturbações emocionais e potenciar o bem-estar.

O PU-A Kind é dirigido a alunos do 7º, 8º e 9º ano e foi implementado em formato grupal, ao longo de oito sessões semanais, sendo avaliado através de um ensaio controlado aleatorizado. O PU-TEACH Kind, dirigido a professores, segue uma estrutura semelhante e está a ser avaliado através de um estudo longitudinal. Ambos os programas são dinamizados por psicólogos com formação específica e incluem materiais estruturados de apoio à intervenção.

Globalmente, o projeto Por Ti evidencia a viabilidade e o impacto de intervenções preventivas em larga escala no contexto escolar, contribuindo para a promoção do bem-estar mental e para o fortalecimento das competências socioemocionais de alunos e professores.

Palavras-Chave: Bem-estar mental; Regulação emocional; Prevenção universal; Contexto Escolar

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 397 - COMO ENFRENTAR TODOS OS "COMOS": O PAPEL MEDIADOR DO SENTIDO DE VIDA NA RELAÇÃO ENTRE OS ABORRECIMENTOS DIÁRIOS E A SINTOMATOLOGIA DEPRESSIVA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Francisco Queirós[1], Maria João Gouveia[1]

[1]Ispa - Instituto Universitário

Os aborrecimentos diários, enquanto adversidades regulares, exigem a constante capacidade de adaptação e resiliência dos indivíduos aos seus contextos, revelando-se um preditor significativo da sintomatologia depressiva. O sentido de vida tem se revelado um importante mediador na relação entre os aborrecimentos diários e a sintomatologia depressiva, contudo, na avaliação destas relações não têm sido consideradas conceptualizações multidimensionais do construto , como proposto pelo “Modelo Tripartido do Sentido de Vida” (Martela & Steger, 2016). O presente estudo de natureza correlacional e corte transversal, procurou identificar o papel mediador dos três domínios sentido de vida (significado, propósito e coerência) do na relação das características dos aborrecimentos diários (importância subjetiva, perceção de controlo, intensidade percebida e frequência) e da sintomatologia depressiva. Participaram neste estudo 508 participantes portugueses ou fluentes em língua portuguesa, entre os 18 e os 86 anos (*M* = 34.01; *DP* = 16.42), através do preenchimento de um question+arios com os instrumentos de autorrelato Questionário de Aborrecimentos Diários de McIntyre (2008), do *Center of Epidemiologic Studies Depression Scale* (Randloff, 1977) e do *Multidimensional Existential Meaning Scale* (George & Parks, 2016). Os três domínios de sentido de vida apresentaram correlações significativas fracas e negativas com a perceção de controlo e a frequência dos aborrecimentos diários. O efeito de mediação do significado e da coerência na relação da perceção de controlo e da frequência dos aborrecimentos diários com a sintomatologia depressiva foi significativo, ao contrário do propósito. Os resultados salientam o papel protetor do significado e da coerência (mas não do propósito) no efeito dos aborrecimentos diários sobre a sintomatologia depressiva, sugerindo que a atribuição de um valor afetivo à própria vida e a compreensão dos eventos de vida sejam um mecanismo importante para atenuar o efeito negativo dos stressores quotidianos.

Palavras-Chave: Sentido de Vida , Aborrecimentos Diários , Sintomatologia Depressiva

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 399 - PROMOÇÃO DO BEM-ESTAR MENTAL NA ADOLESCÊNCIA: RESULTADOS PRELIMINARES DO PROTOCOLO UNIFICADO-KIND EM CONTEXTO ESCOLAR

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Inês Maçãs de Carvalho[1]

[1]Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo-Comportamental

A adolescência é um período marcado por mudanças fundamentais, incluindo o desenvolvimento da identidade e a crescente valorização das relações interpessoais. Trata-se também de uma fase associada a dificuldades na regulação emocional e a níveis mais baixos de bem-estar psicológico. Perante estas vulnerabilidades, programas de prevenção universal em contexto escolar, baseados em abordagens cognitivo-comportamentais, são amplamente recomendados para promover a saúde mental positiva dos adolescentes.

Com o objetivo de responder a estes desafios, o presente estudo adaptou o Protocolo Unificado para Adolescentes (PU-A) — uma intervenção transdiagnóstica empiricamente validada — para um formato universal em contexto escolar, integrando uma componente de compaixão e autocompaixão, dando origem ao Protocolo Unificado Kind para Adolescentes (PU-A Kind).

Este estudo avaliou a eficácia do PU-A Kind através de um ensaio controlado aleatorizado com adolescentes (11–18 anos), distribuídos por grupo de controlo e grupo experimental, que participou no programa em formato presencial e grupal. As avaliações ocorreram em três momentos: baseline, pós-intervenção e follow-ups aos três e seis meses. O programa incluiu oito sessões semanais sobre motivação para o bem-estar, psicoeducação emocional, consciência corporal, flexibilidade cognitiva, experiências comportamentais, compaixão e identificação de ameaças ao bem-estar.

Foram avaliados sintomas de ansiedade e depressão, bem-estar psicológico, qualidade de vida, ligação à escola, segurança social e processos transdiagnósticos (e.g., compaixão, evitamento emocional). Foi realizada uma MANOVA de medidas repetidas para analisar os efeitos ao longo do tempo.

Resultados preliminares indicaram que o grupo experimental apresentou um aumento significativo, seguido de uma diminuição dos sintomas de ansiedade ($p = .013$) e uma redução da distração como estratégia de evitamento ($p = .003$), com tamanhos de efeito pequenos a moderados (η^2 parcial = .024; .031), comparativamente ao grupo de controlo. Não foram encontrados efeitos significativos nas restantes variáveis.

Este estudo fornece evidência preliminar que sustenta a implementação de intervenções preventivas baseadas na evidência em contexto escolar, promovendo o acesso equitativo à saúde mental e contribuindo para o bem-estar dos adolescentes.

7º CONGRESSO ORDEM DOS PSICÓLOGOS PORTUGUESES
Coimbra 2026

Palavras-Chave: Adolescência; Bem-estar; Contexto escolar; Prevenção

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 402 - O MODELO DE ASSIMILAÇÃO DE EXPERIÊNCIAS PROBLEMÁTICAS NA PERTURBAÇÃO DE PERSONALIDADE BORDERLINE

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Maria Castro[1], Catarina Pinhel[2], Patrícia Pinheiro[2], Wiliam B. Stiles[3], Isabel Basto[4]

[1]Departamento de Ciências Sociais da Universidade da Maia, [2]Departamento de Ciências Sociais da Universidade da Maia; Centro de Psicologia da Universidade do Porto, [3]Department of Psychology, Miami University, Oxford, OH, USA; Faculty of Research and Doctoral Programmes, Metanoi Institute, London, UK, [4]Departamento de Ciências Sociais da Universidade da Maia;Centro de Psicologia da Universidade do Porto

A Perturbação de Personalidade Borderline(PPB) é caracterizada por instabilidade emocional, dificuldades interpessoais, impulsividade, comprometendo a eficácia das intervenções psicoterapêutica marcadas por ruturas na relação terapêutica e baixa adesão. Explorar o processo de mudança e a forma como a multiplicidade interna ocorre poderá constituir um suporte para mitigar tais obstáculos. O Modelo de Assimilação(MA) é uma abordagem empiricamente suportada que explica como a mudança psicoterapêutica ocorre através da integração de experiências problemáticas no *self*. O presente estudo teve como objetivo explorar o processo de mudança terapêutica de um participante com traços de PPB, recorrendo ao MA.O participante foi selecionado a partir do estudo-piloto iCare4Depression, protocolo de intervenção combinada em Terapia Cognitivo-Comportamental, com sessões presenciais e módulos online através da plataforma Moodbuster. O caso foi escolhido por apresentar traços de PPB. As transcrições das sessões foram analisadas com recurso à Escala de Assimilação de Experiências Problemáticas(APES). Foram considerados os dados dos instrumentos de avaliação clínica utilizados no estudo, nomeadamente o PHQ-9, o GAD-7 e o CORE-OM, aplicados no início e no final da intervenção para avaliar sintomatologia depressiva, ansiedade e sofrimento global. Os resultados permitiram identificar quatro subcomunidades de vozes defensiva, sem valor, impulsiva e autocuidado. As três primeiras assumiram um papel dominante ao longo da intervenção e a subcomunidade de autocuidado surgiu de forma residual. A subcomunidade defensiva destacou-se através do evitamento emocional e de proteção face a conteúdos dolorosos; a sem valor, associada a autodesvalorização, vazio e o medo da rejeição; e a impulsiva, a dificuldades na regulação emocional e respostas desadaptativas. A subcomunidade de autocuidado emergiu pontualmente. Apesar da melhoria dos indicadores clínicos, a análise processual revelou ausência alterações estruturais significativas, mantendo-se a fragmentação e baixa integração das vozes. Estes resultados sugerem que, apesar da evolução clínica observada, a fragmentação do *self* e a fraca integração entre as vozes internas, poderão ter limitado a assimilação das experiências problemáticas e condicionado o progresso terapêutico. O presente estudo reforça a utilidade do MA na compreensão do funcionamento intrapsíquico em PPB e no apoio a intervenções mais ajustadas.



Resumo Completo (Ficheiro)

PO 404 - VINCULAÇÃO, CONFLITO INTERPARENTAL E COMPETÊNCIAS SOCIOEMOCIONAIS NO JOVEM ADULTO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Ana Luisa Magalhaes Goncalves Vieira[1], Ângela Maria Pereira e Sá Azevedo[1]

[1]Faculdade de Filosofia e Ciências Sociais da Universidade Católica Portuguesa

O jovem adulto encontra-se numa fase de exploração do mundo relacional e de construção da sua própria narrativa. Neste contexto, o desenvolvimento socioemocional e a estabelecimento de vínculos seguros são um fator fundamental no desenvolvimento de um ego fortalecido, enquanto o conflito interparental é um fator que compromete este desenvolvimento. Deste modo, este estudo tem como objetivo explorar a relação entre a Vinculação do Adulto, Conflito Interparental e Competências Socioemocionais, em jovens adultos portugueses. Para isso, será aplicado um questionário sociodemográfico, a Escala de Vinculação do Adulto (EVA), o *Children's Perception of Interparental Conflict Scale* (CPIC) e o *Social-Emotional Expertise* (SEE). Os principais resultados deste estudo demonstram uma relação significativa entre os níveis elevados de perceção do conflito interparental e a vinculação ansiosa, assim como a diminuição da confiança e abertura à proximidade nos jovens adultos. Ademais, estes indivíduos tendem a estar menos envolvidos em relacionamentos, comparativamente com aqueles classificados como seguros. Por fim, a vivência do conflito interparental frequente, intenso e não resolvido está significativamente associado com um reportório reduzido de competências socioemocionais.

Palavras-Chave: Vinculação do Adulto; Conflito Interparental; Competências Socioemocionais

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 407 - CLIMACTION PROJECT: WHAT EXPLAINS ADHERENCE TO GREEN EATING IN A REPRESENTATIVE SAMPLE OF PORTUGUESE YOUNG ADULTS?

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Marta Uva[1], Ana Rita Nunes[1], Catarina Mariano[2], Inês Rosa[2], Inês Queiroz-Garcia[1], Mafalda Leitão[3], Rui Miguel Costa[3], Filipa Pimenta[1]

[1]Ispa - Instituto Universitário, WJCR - William James Center for Research, [2]Ispa - Instituto Universitário, [3]Health Sciences Faculty, Universidade Europeia, Lisboa, Portugal

Background: Global food production is the primary cause of environmental deterioration, and climate instability. It is extremely challenging, but essential, to make food systems capable of providing sustainable diets to all individuals.

People's adherence to Green Eating Behaviours (GEB) can be influenced by multiple factors (e.g., sociodemographic). Understanding its predictors is essential to understand how to best intervene.

Methods: This study, comprised a representative sample of 3,132 Portuguese adults, aged between 18-65 years (M= 42.4; SD= 11.52), who answered a sociodemographic, a health, lifestyle and diet questionnaire and also the Green Eating Behaviours Scale, a Risk Perception Scale, an Action Self-Efficacy Scale, the Socio-cultural Influences Scale and the FOODLIT-Tool.

Findings: The structural model demonstrated a very good fit (CFI = 0.996; TLI = 0.997; RMSEA = 0.053, $p < 0.001$, 90% CI]0.053–0.054[; SRMR=0.060) and explained 31.9% of the variability in GEB. Portuguese adults with higher levels of action self-efficacy (β=.218; p<.001), biospheric values (β=.147; p<.001), who were female (β=.062; p=.001), who practiced physical activity (β=.128; p<.001), who purchased their own food (β=.044; p=.013), who had significant others adopting GEB (β=.344; p<.001), who had more children (β=.075; p<.001), who had higher levels of education (β=.039; p=.037), who had higher knowledge regarding reliable food information (β=.143; p<.001), who considered the most their nutritional needs (β=.189; p<.001), who considered important to have support of others significant regarding their diets (β=.096; p<.001), who perceived that their food decisions influence the food industry (β=.065; p<.001), and whose food choices were most influenced by food policies (β=.038; p=.033) presented higher frequency of GEB. Conversely, feeling pressured to adopt sustainable eating behaviours (β=-.129; p=.025), and higher socio-altruistic values (β=-.075; p=.029) were observed in adults with less frequent GEB.

Discussion: This study provided an understanding of the influence of risk perception, action self-efficacy, socio-cultural factors, food literacy determinants and sociodemographic factors on GEB. This results highlight the importance of alerting stakeholders such as the government, industry and the Portuguese Directorate General for Health to inform them about the best way to communicate and intervene in the field of sustainability with a view to promoting more GEB.

Palavras-Chave: Green eating , Portuguese adults , Predictors , Structural Equations Model

Resumo Completo (Ficheiro)



Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Diana R. Pereira[1], Ana Carolina Teixeira-Santos[2]

[1]University of Minho, [2]University of Luxembourg

Mental imagery refers to the ability to simulate perceptual experiences in the absence of external sensory input. Despite growing evidence highlighting the importance of multisensory imagery, most subjective assessment tools focus predominantly on single-modality imagery, with a particular emphasis on visual imagery. Among the best-known self-report instruments assessing mental imagery across multiple sensory modalities are the Betts' Questionnaire upon Mental Imagery and the Plymouth Sensory Imagery Questionnaire (Psi-Q), the latter being a more recent measure. Following a preliminary adaptation of the Psi-Q to European Portuguese, the present study provides an updated examination based on a larger and more diverse sample, allowing for a more robust evaluation of its psychometric properties. The questionnaire comprises seven subscales (vision, sound, smell, taste, touch, bodily sensation, and emotion), each including five items. An online version of the Psi-Q was administered to 600 native European Portuguese speakers (481 females), aged between 18 and 59 years (M = 23.49, SD = 7.16). Construct validity was examined through confirmatory factor analyses testing both the full version (35 items) and the short version (21 items). Both models showed satisfactory fit indices. Convergent validity was supported by a strong correlation with the short version of the Betts' Questionnaire upon Mental Imagery (r = −.76, p < .001). Internal consistency was high for both the full (ω = .95; α = .95) and short versions (ω = .93; α = .92). Test–retest reliability, assessed in a subsample of 164 participants over an average interval of 17 days, was also satisfactory (r = .82, p < .001). Overall, these findings support the validity and reliability of the European Portuguese version of the Psi-Q, highlighting its potential as a comprehensive measure of multisensory mental imagery. Future studies should extend validation efforts to more diverse age groups, educational backgrounds, and clinical populations.

Palavras-Chave: Mental imagery , Multisensory , Sensory imagery , Plymouth Sensory Imagery Questionnaire (Psi-Q)

Resumo Completo (Ficheiro)



PO 410 - VALIDAÇÃO DA VERSÃO REDUZIDA DO QUESTIONÁRIO OXFAB-20, NUMA AMOSTRA PORTUGUESA E COMPARAÇÃO INTERCULTURAL COM UMA AMOSTRA BRASILEIRA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Kellen Abreu[1]

[1]Universidade Europeia

Enquadramento: Apesar do excesso de peso/obesidade serem prevalentes em Portugal, ainda são escassos os estudos que exploram estratégias cognitivo-comportamentais associadas à gestão de peso. O presente estudo teve como objetivo adaptar e validar a versão abreviada do Oxford Food and Activity Behaviours Questionnaire (OxFAB-20) numa amostra portuguesa e numa amostra brasileira, avaliando as propriedades psicométricas e invariância intercultural.

Método: A amostra inegrou 921 participantes adultos, correspondendo a 479 portugueses (*M* = 46.32; *DP* = 14.66) e 442 brasileiros (*M* = 39.52; *DP* = 13.51) . O processo de adaptação incluiu tradução e retrotradução nas duas variantes linguísticas do português. Foram realizadas análises fatoriais confirmatórias e análise de invariância multigrupos, através do R-lavaan em ambas as AFC. O modelo final apresentou cinco dimensões (Planeamento de Conteúdo, Controlo de Estímulos, Suporte, Regulação e Gestão de Impulsos) com 18 itens, após remoção dos itens 16 e 19 por baixo peso fatorial.

Resultados: O modelo revelou ajustamento aceitável em ambas as amostras (Portugal: CFI = 0.984; TLI = 0.980; RMSEA = 0.091; SRMR = 0.065; Brasil: CFI = 0.974; TLI = 0.968; RMSEA = 0.105; SRMR = 0.077). A consistência interna variou entre (α = 0.599 e 0.840 e ω = 0.605 e 0.849), em Portugal, e entre (α = 0.356 e 0.785 e ω = 0.332 e 0.741), no Brasil. O modelo revelou invariância de medida entre os grupos (ΔCFI_métrico–configural = -0.002; ΔCFI_escalar–métrico = -0.001), observando-se diferenças significativas na maioria das dimensões, exceto em Controlo de Estímulos.

Conclusões: Os resultados sugerem que o OxFAB-20 constitui um instrumento eficaz para a avaliação de estratégias cognitivas e comportamentais de gestão do peso em ambos os contextos, discriminando culturalmente as duas amostras.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 412 - PRÁTICAS DE AUTOCUIDADO E INDICADORES DE SAÚDE MENTAL: RELAÇÕES COM A ADAPTAÇÃO AO ENSINO SUPERIOR

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde



Joana Soveral Andrade[1], Alexandra M. Araújo[1]

[1]Departamento de Psicologia e Educação, Universidade Portucalense Infante D. Henrique

A adaptação ao Ensino Superior (ES) envolve exigências emocionais, sociais e académicas que podem contribuir para níveis elevados de stress, ansiedade e depressão entre estudantes. As práticas de autocuidado têm sido apontadas como estratégias de autorregulação relevantes para promover bem-estar e facilitar uma adaptação mais ajustada ao contexto académico. Este estudo analisou a relação entre a frequência de adoção de práticas de autocuidado e a adaptação ao ES, o stress percebido e os níveis de depressão, ansiedade e stress clínico. Adicionalmente, explorou-se o impacto de variáveis sociodemográficas, nomeadamente o género e a presença de doença crónica. Participaram 258 estudantes do ES (feminino *n* = 160; 62.0%; e masculino *n* = 98; 38.0%), com idades compreendidas entre os 18 e os 46 anos (*M* = 22.83; *DP* = 3.86). A análise permitiu identificar três grupos com diferentes níveis de autocuidado (baixo, médio e elevado), que apresentaram diferenças significativas na adaptação ao ES e nos indicadores de saúde mental. Estudantes com maior autocuidado revelaram melhor adaptação académica e níveis inferiores de stress percebido, depressão e stress clínico. Verificaram-se ainda diferenças em função do género, com estudantes do género feminino a apresentarem maior adaptação de carreira, mas também maior vulnerabilidade emocional. A presença de doença crónica associou-se a níveis inferiores de suporte interpessoal e de práticas de autocuidado. A regressão múltipla hierárquica demonstrou que níveis superiores de adaptação ao ES predizem níveis inferiores de stress percebido e de sintomatologia emocional (depressão, ansiedade e stress). Globalmente, os resultados reforçam o papel do autocuidado como fator protetor para o bem-estar psicológico e para uma adaptação mais positiva ao contexto académico. São discutidas implicações para a investigação futura e para a intervenção psicológica em contextos de ES.

Palavras-Chave: Adaptação ao Ensino Superior; Autocuidado; Stress; Depressão

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 413 - ESTILOS EDUCATIVOS PARENTAIS, INTELIGÊNCIA EMOCIONAL E BEM-ESTAR: O PAPEL MEDIADOR DA CONFIANÇA INTERPESSOAL EM ADOLESCENTES E ADULTOS EMERGENTES

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Maria Beatriz Vale Dias[1], Maria da Luz Vale Dias[1]

[1]Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra

A influência parental é um pilar estruturante no desenvolvimento de competências socio emocionais e na promoção do bem-estar. Este impacto estende-se à adolescência e adultez emergente, marcadas pela reconfiguração da autonomia e expansão das redes sociais. Embora a literatura associe estilos parentais positivos a maior Inteligência Emocional (IE), é crucial compreender os mecanismos sociais que ligam estas variáveis ao Bem-Estar Subjetivo (BES). A Confiança Interpessoal,sob a perspetiva multidimensional de Rotenberg, surge como uma variável preditora fundamental, dado que a segurança percebida nas relações influencia o ajustamento psicológico. Pretende-se apresentar um projeto que analise a relação entre estilos educativos parentais, inteligência emocional e bem-estar subjetivo, integrando a confiança interpessoal como variável mediadora. Procura-se aferir modelos de predição entre as

variáveis e analisar o efeito moderador do género e do grupo etário.
Trata-se de um estudo quantitativo e transversal. A amostra prevista é de 400 sujeitos, divididos em adolescentes e adultos emergentes. Instrumentos: Questionário Sociodemográfico; Escala de Estilos Educativos Parentais; Escala de Confiança Interpessoal de Rotenberg; Escala de Afetividade Positiva e Negativa (PANAS); Escala de Satisfação com a Vida (SWLS); Trait Meta-Mood Scale (TMMS-24) e Questionário de Inteligência Emocional (EQ-i:YV). As análises envolverão correlações de Pearson, ANOVAs e modelos de equações estruturais para testar a mediação.
Espera-se que os estilos autoritativos se correlacionem positivamente com níveis elevados de IE e de confiança. Prevê-se que a confiança seja um preditor do BES, aumentando a variância explicada face a modelos que considerem apenas as variáveis parentais. Antecipa-se que a IE atue como facilitadora da confiança, permitindo ao jovem avaliar melhor a fidedignidade dos pares. Esperam-se diferenças de género significativas na expressão emocional e na confiança.
A discussão focará a importância de considerar o desenvolvimento emocional não isoladamente, mas inserido num contexto relacional. Espera-se demonstrar que a família funciona como o primeiro laboratório de confiança que molda a capacidade do indivíduo em estabelecer vínculos saudáveis, promovendo bem-estar subjetivo. Estes resultados poderão contribuir para o desenho de intervenções preventivas que promovam a literacia emocional e o fortalecimento dos vínculos de confiança em contextos familiares e educativos.

Palavras-Chave: Estilos Parentais , Inteligência Emocional , Confiança Interpessoal , Bem-Estar Subjetivo

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 414 - A ABORDAGEM DO CORPO E DA SAÚDE NO MODELO DE TERAPIA GESTALT: PERTENCIMENTO E EXPERIÊNCIA MIGRANTE

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Fabíola Mansur Gaspar[1], Danielle Braga Luz[2], Ana Maria Guerreiro Correia[3]

[1]Associação Portuguesa de Gestalt, [2]Instituto de Gestalt terapia do Rio de Janeiro, [3]Gestalt

Este trabalho articula a Terapia Gestalt com uma compreensão fenomenológica da experiência migratória, destacando o papel do corpo e do pertencimento na saúde psicológica.

A migração, fenómeno central da contemporaneidade, implica uma ruptura na relação ser-lugar, afetando a identidade e a segurança existencial. O deslocamento territorial desencadeia processos de desterritorialização e reterritorialização (Marandola Jr. & Dal Gallo, 2010), que são vividos também no corpo e podem gerar sofrimento psíquico e somatizações.

Na perspetiva da Terapia Gestalt, desenvolvida por Fritz Perls, o ser humano é compreendido como uma unidade integrada em constante relação com o ambiente. A identidade é dinâmica e emerge do contacto. Nesse contexto, a experiência migratória convoca o sujeito a processos contínuos de reconstrução, atravessados por perdas, lutos e possibilidades criativas. O conceito de fronteira de contacto revela-se central, pois é no encontro entre organismo e ambiente que se constroem significados. A experiência

migratória pode fragilizar essa fronteira, tornando o contacto mais rígido ou difuso, exigindo novos ajustamentos criativos.

O corpo assume um papel central como mediador da experiência, expressando o sentido de pertença ou exclusão: o acolhimento favorece a regulação e a fluidez, enquanto a rejeição gera tensão e retraimento. Assim, o corpo pode ser entendido como "casa", um espaço de integração e reconstrução identitária. Em contexto clínico, estas dinâmicas manifestam-se frequentemente através de queixas somáticas, sentimentos de desenraizamento ou dificuldades na construção de vínculos no novo contexto cultural.

A saúde é concebida como autorregulação criativa no campo organismo-ambiente. Embora a migração possa fragilizar esse equilíbrio, também abre possibilidades de novos ajustamentos e integrações culturais.

O setting terapêutico gestáltico constitui um espaço de acolhimento e reconstrução, promovendo a awareness corporal e a ressignificação da experiência. Conclui-se que o corpo, enquanto território existencial, é fundamental na reconstrução do pertencimento, permitindo ao sujeito habitar a própria experiência mesmo em contextos de mobilidade. Este enquadramento evidencia a importância de abordagens terapêuticas sensíveis à experiência migrante, particularmente num contexto global marcado por mobilidades crescentes.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 418 - "ESPECIALISTAS DE SAÚDE ONLINE": A ASSOCIAÇÃO ENTRE AS DIMENSÕES DA CIBERCONDRIA E DIFERENTES FONTES DE INFORMAÇÃO EM JOVENS ADULTOS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Filipa Pancada-Fonseca[1], Carolina Vicente[2], Mariana Silva Ferreira[2], João Marôco[3], Filipa Pimenta[1]

[1]ISPA - Instituto Universitário, William James Center for Research, [2]Ispa - Instituto Universitário, [3]Intepid Lab, ECEO, Universidade Lusófona - Lisboa

A crescente utilização de plataformas digitais para procurar informação em saúde levanta questões sobre a sua relação com a cibercondria, caracterizada por ansiedade e procura excessiva desencadeadas por pesquisas online sobre sintomas e doenças, sobretudo entre jovens adultos, principais utilizadores de redes sociais e da internet. Este estudo pretendeu examinar de que modo os níveis de cibercondria variam consoante o tipo de plataformas digitais utilizadas e a quantidade de fontes consultadas.

Participaram 796 jovens adultos entre os 18 e os 30 anos (M = 23; DP = 2,97), dos quais 73,8% do sexo feminino, 62,5% estudantes universitários e 26,3% com diagnóstico de perturbação mental. A cibercondria foi avaliada através da Cyberchondria Severity Scale (CSS-33), que avalia as dimensões distress, excessiveness, reassurance, compulsion e mistrust.

Foram realizados testes t de Student para amostras independentes, comparando utilizadores e não utilizadores de diferentes plataformas digitais. O número de fontes utilizadas foi categorizado em quatro grupos (uma, duas, três e quatro ou mais) e analisado através de ANOVA unifatorial com comparações post hoc de Games-Howell.

Os motores de busca genéricos foram a fonte mais utilizada (96,7%), observando-se também recurso a TikTok (12,4%), Instagram (6,9%) e Reddit (8,0%). Não se observaram diferenças significativas nos níveis de cibercondria entre utilizadores e não utilizadores de motores de pesquisa genéricos. Em contraste, participantes que utilizavam TikTok apresentaram pontuações superiores em todas as dimensões da cibercondria, com destaque para distress ($p < .001$). O uso de Reddit associou-se a pontuações superiores em excessiveness, compulsion e distress (todos $p < .01$), enquanto o Instagram se relacionou sobretudo com excessiveness ($p < .001$). Observaram-se diferenças significativas em função do número de fontes consultadas no nível global de cibercondria, $F(3, 792) = 16.20$, $p < .001$, e na dimensão excessiveness, $F(3, 792) = 33.30$, $p < .001$. Participantes que recorriam a três ou mais fontes apresentaram níveis mais elevados de cibercondria global.

Os resultados sugerem que a cibercondria poderá variar em função do tipo e da multiplicidade de fontes utilizadas para procurar informação em saúde. Diferentes contextos digitais poderão associar-se de forma distinta às várias dimensões da cibercondria, reforçando a importância de integrar os hábitos de pesquisa online na compreensão deste construto.

Palavras-Chave: Cibercondria , Saúde Digital , Redes Sociais , Ansiedade de Saúde

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 420 - RESILIENCE PROCESSES IN FAMILIES WITH HEREDITARY DISEASES: SCOPING REVIEW

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Marina Morais[1]

[1]Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra

Hereditary diseases are diseases that differ from all others in that they are “familial”, meaning that there is a possibility of them being passed on to the next generation. The risk of disease in multiple family members can generate anxiety, feelings of guilt, and difficulties in communicating about the disease within the family, distinguishing these conditions from other chronic conditions. Family resilience, defined as a set of dynamic processes that enable families to adapt to adverse events and emerge from them with greater resources, has gained relevance in health research but remains under-explored in the context of hereditary diseases. This review aims to map the available evidence on resilience in families with hereditary diseases, identify associated theories and dimensions, and survey methodologies and instruments used for its assessment. This review followed the guidelines of the Joanna Briggs Institute (JBI). The research was conducted in five databases, including studies published in Portuguese and English. Studies addressing family resilience in hereditary diseases were included. Sixteen studies were

included, mostly quantitative and cross-sectional. The most frequently cited theories were the ABCX Model, the Resiliency Model of Family Stress, Adjustment and Adaptation, and the Walsh Family Resilience Framework, highlighting dimensions such as cohesion, adaptability, social support, hardiness, and communication. The studies show that family resilience is influenced by internal factors (coping strategies, beliefs) and external factors (support network, access to information), but there are gaps in terms of cultural diversity and longitudinal studies.

Palavras-Chave: Literature review, Genetic disorders, Family adaptation, Family adjustement

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 421 - 'O LUTO A QUEM NINGUÉM DEU NOME': O OLHAR DAS PERDAS NO SISTEMA DE PROTEÇÃO DE MENORES

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Inês Simões[1], Ana Santos[1]

[1]InLuto - Associação Portuguesa de Cuidados Integrados no Luto

Nos sistemas de proteção de menores, as crianças e jovens são frequentemente compreendidos em torno daquilo que irrompe à superfície: comportamentos, sintomas, desregulação e manifestações externas do sofrimento. Apressamo-nos a procurar respostas terapêuticas que aliviem os desafios da desproteção. Este enquadramento, embora necessário, corre o risco de obscurecer trajetórias marcadas por experiências múltiplas de perda. Muitas destas perdas não se inscrevem no registo socialmente reconhecido do luto, por não decorrerem necessariamente de morte, mas de rutura de vínculos, negligência ou descontinuidade de cuidados. O presente trabalho emerge de uma parceria entre a InLuto e o Núcleo de Infância e Juventude da Amadora (SCML), equipa de assessoria ao Tribunal de Família e Menores, no âmbito do acompanhamento psicológico de crianças e jovens sinalizados por experiências de perda. Neste contexto, a intervenção é determinada judicialmente e desenrola-se num campo relacional atravessado por desconfiança institucional, contacto prévio com múltiplos técnicos e uma relação de ajuda que não nasce da procura espontânea, mas da imposição do sistema. É neste ponto que o olhar das perdas introduz um deslocamento de lente. Em vez de tomar o sintoma como centro organizador, propõe-se lê-lo como expressão de experiências cumulativas de perda e de trajetórias de vinculação fragilizada. A especificidade deste trabalho reside, precisamente, na possibilidade de identificar e nomear perdas que habitualmente não são reconhecidas como tal, bem como de reconhecer a emergência de tarefas de luto que não se organizam necessariamente em torno da morte, mas em torno de experiências de rutura, ausência, falha e descontinuidade. Neste enquadramento, o processo terapêutico não se reduz à modificação comportamental ou à remissão sintomática, inscrevendo-se antes na construção de sentido sobre experiências que permaneceram sem representação. A mudança começa então a tornar-se legível noutro plano: na emergência de confiança onde antes predominava a suspeita, na possibilidade de sustentar a relação terapêutica apesar do seu caráter não escolhido, e na capacidade progressiva de nomear experiências até então silenciadas ou impensáveis. Sem o olhar das perdas, são vistos pelo que manifestam; com esse olhar, são compreendidos à luz do que perderam. É este deslocamento que permite reconhecer não apenas outra leitura do sofrimento, mas também outra leitura da mudança.

Palavras-Chave: luto , crianças e adolescentes , perdas cumulativas , sistemas de proteção

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 422 - ANSIEDADE, DEPRESSÃO E ESQUEMAS PRECOCES DESADAPTATIVOS NA DOR CRÓNICA: IMPACTO NO FUNCIONAMENTO PSICOLÓGICO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Rita Silva[1], Virgínia Rebelo[2], Isabel Silva[3]

[1]Fernando Pessoa University, Porto, Portugal, [2]São João University Hospital Centre, Porto, Portugal, [3]RISE-Health, Faculty of Human and Social Sciences, Fernando Pessoa University, Fernando Pessoa Teaching and Culture Foundation

Antecedentes: A dor crónica associa-se a sofrimento psicológico, incluindo ansiedade e depressão, podendo estar associada a esquemas precoces desadaptativos. O estudo tem como objetivo analisar diferenças nestes esquemas em função dos níveis de ansiedade e de depressão em doentes com dor crónica.
Métodos: Foram avaliados 72 doentes (75,0% mulheres e 25,0% homens), com idade média de 55,28 anos (DP = 10,57). Os diagnósticos mais frequentes foram lombalgia (18,1%), fibromialgia (13,9%) e neuropatia (12,5%), seguidos de cefaleia (8,3%). O tempo médio de diagnóstico foi de 7,56 anos (DP = 7,43). Os participantes responderam à Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HADS) e ao Questionário de Esquemas de Young (YSQ-S3).
Resultados: Os doentes com níveis de ansiedade grave apresentam pontuações mais elevadas no esquema de vulnerabilidade ao mal e à doença ($F(3,67)=15,971$; $p<0,001$), abandono ($F(3,68)=8,655$; $p<0,001$), pessimismo ($F(3,68)=9.357$; $p<0,001$), desconfiança/abuso ($F(3,66)=4,625$; $p<0,01$) e subjugação ($F(3,68)=4,344$; $p<0,01$) do que doentes com níveis inferiores de ansiedade. Os doentes com sintomatologia depressiva grave apresentam níveis mais elevados de isolamento social ($F(3,67)=4,769$; $p<0,01$), fracasso ($F(3,68)=3,691$; $p<0,05$), vulnerabilidade ao mal e à doença ($F(3,67) = 4,076$; $p<0,05$), pessimismo ($F(3,68)=3,488$; $p<0,05$) e inibição emocional ($F(3,68)=3,297$; $p<0,05$) do que os restantes doentes.
Conclusão: Existe uma associação entre níveis mais elevados de ansiedade e depressão e maior ativação de esquemas precoces desadaptativos em doentes com dor crónica. O estudo reforça a importância de uma avaliação sistemática da ansiedade, depressão e esquemas precoces desadaptativos, de forma a orientar intervenções psicológicas mais individualizadas e integradas, potencialmente melhorando a gestão da dor e o bem-estar global nestes doentes.

Palavras-Chave: Dor Crónica , Esquemas Precoces Desadaptativos , Ansiedade , Depressão

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 425 - ASSOCIAÇÃO ENTRE INTENSIDADE DA DOR, ESQUEMAS PRECOCES DESADAPTATIVOS E VARIÁVEIS SOCIODEMOGRÁFICAS EM DOENTES COM DOR CRÓNICA

Tipo: Poster



Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Rita Silva[1], Virgínia Rebelo[2], Isabel Silva[3]

[1]Fernando Pessoa University, Porto, Portugal, [2]São João University Hospital Centre, Porto, Portugal, [3]RISE-Health, Faculty of Human and Social Sciences, Fernando Pessoa University, Fernando Pessoa Teaching and Culture Foundation

Antecedentes: A dor crónica é uma condição prevalente e complexa, com impacto funcional, emocional e social significativo. Os esquemas precoces desadaptativos podem influenciar a experiência da dor. Este estudo analisou a associação entre a intensidade da dor, os esquemas precoces desadaptativos e variáveis sociodemográficas em doentes com dor crónica.
Métodos: Foram avaliados 72 doentes (75% mulheres), com idade média de 55,28 anos (DP = 10,57). Os diagnósticos mais frequentes foram lombalgia (18,1%), fibromialgia (13,9%) e neuropatia (12,5%). O tempo médio desde o diagnóstico foi de 7,56 anos (DP = 7,43). A maioria era casada (68,1%); 36,2% eram reformados, 22,2% desempregados, 22,2% ativos e 19,4% encontrava-se com baixa por doença. Os doentes responderam ao Inventário Breve da Dor (BPI) e ao Questionário de Esquemas de Young (YSQ-S3).
Resultados: Maior intensidade da dor associou-se a maior frequência dos esquemas de dependência (r=0,26; p=.026) e procura de reconhecimento/aprovação (r= - 0,28; p= 0,016). As mulheres apresentaram mais esquemas de autossacrifício (p=0,038) e privação emocional (p=0,037). A idade correlacionou-se positivamente com a procura de reconhecimento/aprovação (r=0,333; p=0,005) e autossacrifício (r=0,297; p=0,012). Não foram identificadas associações entre os esquemas precoces desadaptativos e o estado civil ou situação profissional (p>.05). O tempo desde o diagnóstico não apresentou associações estatisticamente significativas com a intensidade da dor, idade ou esquemas precoces desadaptativos (p>0,05).
Conclusão: Existem associações fracas entre a intensidade da dor, alguns esquemas precoces desadaptativos e variáveis sociodemográficas. Apesar da magnitude reduzida, estes resultados reforçam a relevância de integrar fatores psicológicos, nomeadamente os esquemas cognitivos desadaptativos, na avaliação da dor crónica, contribuindo para uma compreensão abrangente e desenvolvimento de intervenções mais ajustadas.

Palavras-Chave: Dor crónica , Esquemas Precoces Desadaptativos , Intensidade da Dor , Variáveis Sociodemográficas

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 429 - ESCALA DE PROXIMIDADE RELACIONAL UNIDIMENSIONAL: QUALIDADES PSICOMÉTRICAS E ADAPTAÇÃO PARA O PORTUGUÊS EUROPEU

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Sara Ribeiro[1], Ana Fonseca[1], Bruna Correia[2], Inês Matos-Pina[1], Mariana Sousa-Leite[3], Mariana Moura-Ramos[4]

[1]Universidade de Coimbra, Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo-Comportamental | Universidade de Coimbra, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, [2]Unidade Local de Saúde Coimbra, Serviço de Psicologia Clínica, [3]Universidade de Coimbra, Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo-Comportamental, [4]Unidade Local de Saúde

Coimbra, Serviço de Psicologia Clínica | Unidade Local de Saúde Coimbra, Serviço de Medicina da Reprodução | Universidade de Coimbra, Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo-Comportamental

Introdução:A proximidade relacional(PR) é um construto central no estudo das relações interpessoais. Contudo, apesar da sua importância, não existe nenhuma escala validada para a população portuguesa que permita avaliar a PR em diferentes contextos relacionais.
Objetivos: Estudar as características psicométricas da Unidimensional Relationship Closeness Scale (Escala de Proximidade Relacional Unidimensional; EPRU) numa amostra portuguesa.
Material e métodos:O estudo incluiu 193 participantes recrutados online e presencialmente, com idade igual ou superior a 18 anos e que se encontravam numa relação amorosa. Os participantes preencheram um questionário sociodemográfico, a EPRU e uma escala de vinculação referente ao companheiro, mãe e melhor amigo, e uma medida de satisfação diádica relativa ao companheiro. Foi realizada uma análise fatorial confirmatória e análises de consistência interna e de validade de construto.
Resultados e conclusões: Os participantes tinham 33.58 anos(±9.67), e 83.4% era do género feminino. A maioria dos participantes estava solteira(54.4%) e numa relação heterossexual(96.4%). O modelo inicial revelou um ajustamento pouco satisfatório dos dados ao modelo teórico nos três contextos relacionais: companheiro[$\chi^2(54)=171.27$, p<.001, CFI=.90; SRMR=.06], mãe[$\chi^2(54)=229.86$, p<.001, CFI=.88 SRMR=.05], e amigo[$\chi^2(54)=153.78$, p<.001, CFI=.87 SRMR=.07]. Verificou-se que quando permitida a correlação entre dois itens da escala, o ajuste nos três contextos melhorava, pelo que essa correlação foi permitida. Verificou-se uma melhoria do ajustamento do modelo para ajustes considerados adequados: companheiro[$\chi^2(53)=140.65$ p<.001, CFI=.92 SRMR=.05], mãe[$\chi^2(53)=195.55$ p<.001, CFI=.9 SRMR=.05] e amigo[$\chi^2(540)=130.39$, p<.001, CFI=.9, SRMR=.06]. A EPRU apresentou correlações significativas negativas com o evitamento da vinculação(-.57 a -.76, p<.001) em todas as relações, e positivas com a satisfação diádica(r=0.71, p<.001), mostrando que maior PR está inversamente e fortemente associada ao evitamento na vinculação em todas as tipologias de relação, e que a PR com o companheiro tem uma associação forte com a satisfação na relação conjugal.
A versão portuguesa da EPRU apresenta qualidades psicométricas adequadas e sugere que a mesma estrutura unifatorial é mantida nos diferentes contextos relacionais, podendo ser utilizada para avaliar a PR em diversas tipologias de relações próximas, contribuindo para um conhecimento mais aprofundado deste tipo de relações.

Palavras-Chave: Proximidade relacional , Escala de Proximidade Relacional Unidimensional , Análise fatorial confirmatória , Relações interpessoais

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 433 - OS MOTIVOS PARA BEBER E A IMPULSIVIDADE: O IMPACTO NA MOTIVAÇÃO PARA A MUDANÇA NO CONSUMO DE ÁLCOOL NUMA AMOSTRA DA POPULAÇÃO NÃO CLÍNICA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde



Andreia Mendonça[1], Ana Catarina Nunes da Silva[1]

[1]Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa

A OMS estima que, em 2024, o consumo de álcool tenha causado 2,6 milhões de mortes no Mundo (4,7% de todas as mortes). Em Portugal, é possível perceber um aumento deste comportamento ao longo dos anos, com a literatura a realçar as consequências devastadoras do consumo de álcool, mesmo em populações não clínicas. Deste modo, o presente estudo teve como objetivo analisar a relação dos Motivos para Beber e da Impulsividade na Motivação para a Mudança numa amostra da população não clínica (n = 245), de modo a perceber se existe uma diminuição da Motivação para a Mudança aquando da junção da Impulsividade aos Motivos para Beber após controlo do consumo. Foram utilizados o Teste de Identificação do Consumo do Álcool (AUDIT), a Escala de Impulsividade de Barrat (BIS-11), a Escala de Prontidão para a Mudança e Motivação para o Tratamento (SOCRATES 8D) e o Questionário de Motivos para Beber Revisto (DMQR). Os resultados sugeriram que indivíduos que bebem mais por motivos de enaltecimento, ou seja, para aumentar estados emocionais positivos, tendem a apresentar menor ambivalência em relação aos seus consumos e menos atitudes dirigidas à mudança dos mesmos, contudo, a impulsividade não revelou um efeito preditivo na Motivação para a Mudança. Observou-se ainda que a impulsividade medeia a relação entre os motivos de *coping* e as dimensões de ambivalência e ação da motivação para a mudança. O motivo de enaltecimento poderá ser um importante indicador de menor motivação para a mudança no consumo de álcool em populações não clínicas, informando da necessidade de intervenções mais focadas na promoção de consciência nestas populações. Estes dados foram discutidos com auxílio da literatura recolhida e refletiram-se algumas limitações encontradas na presente investigação. Por fim, sugeriram-se estudos futuros e o desenvolvimento de intervenções terapêuticas à luz da pertinência dos resultados encontrados.

Palavras-Chave: álcool; motivos para beber; motivação para a mudança; impulsividade

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 436 - MEDIÇÃO DE IMPACTO SOCIAL DE UMA REDE NACIONAL “INFORMAL” DE PSICÓLOGOS: EVIDÊNCIA, DESIGUALDADES E VALOR SOCIAL NO PRIMEIRO ANO DE IMPLEMENTAÇÃO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Rui Serôdio[1], Ana Cristina Silva[2], Alexandra Serra[3]

[1]Faculdade de psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, [2]FPCEUP, [3]Instituto Universitário de Ciências da Saúde (CESPU) / FPCEUP

A crescente necessidade de respostas acessíveis em saúde psicológica, particularmente junto da população jovem, tem impulsionado o desenvolvimento de iniciativas orientadas para a redução de barreiras no acesso (Kazdin, 2019; WHO, 2022). Neste contexto, apresenta-se a medição de impacto social (MIS) da Rede de Psicólogos para Apoio à População Jovem, promovida pela Movijovem em parceria com a Ordem dos Psicólogos Portugueses, no primeiro ano de implementação.

A avaliação, conduzida pelo SINCLab, assenta num referencial orientado para o impacto, integrando dimensões de implementação, resultados e valor social gerado, numa lógica de teoria da mudança (Weiss, 1995; De Silva et al., 2014). Este enquadramento mobiliza conhecimento científico e prática

psicológica, articulando inputs (profissionais), outputs (consultas), outcomes (mudanças nos jovens) e impactos (ganhos sociais e económicos), permitindo uma leitura integrada da eficácia e relevância da iniciativa.

Os resultados evidenciam uma implementação com expressão relevante: 50,5% das/os profissionais prestaram apoio psicológico, totalizando 441 jovens apoiados e 2748 consultas realizadas por 145 profissionais. Verifica-se continuidade de acompanhamento em 39,2% dos casos e reencaminhamento em 7,0%. Ao nível do impacto, as avaliações médias situam-se em 4,15 (jovens) e 4,17 (áreas de intervenção), numa escala de 0 a 6, com um potencial de impacto percebido de 4,61.

A análise evidencia contrastes com implicações para políticas públicas: diferenças no acesso à rede entre territórios, sugerindo assimetrias na cobertura (OECD, 2021), e variações nas problemáticas em função dos grupos etários (Patel et al., 2007). Adicionalmente, estima-se uma redução significativa dos custos para as famílias, reforçando a democratização do acesso (McDaid et al., 2019).

Em síntese, este estudo evidencia que a integração do conhecimento científico e da prática psicológica nas políticas públicas é crítica para garantir respostas eficazes, equitativas e sustentáveis, afirmando a Psicologia como pilar estruturante na promoção do bem-estar e do impacto social.

Palavras-Chave: políticas públicas baseadas na evidência; medição de impacto social; desigualdades no acesso; saúde psicológica jovem

PO 438 - COMNEXOS: UM MANUAL DE INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA DE GRUPO EM CONTEXTO DE HOSPITAL DE DIA NA PSIQUIATRIA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Samuel Branco[1], Joana Carvalho[2]

[1]ULS Estuário do Tejo - Hospital Vila Franca de Xira, [2]ISPA - Instituto Universitário

Pessoas com doença mental grave apresentam dificuldades persistentes ao nível da regulação emocional, funcionamento interpessoal, autonomia e participação social, particularmente em períodos de transição como o pós-internamento ou mesmo em ambulatório, quando em situação aguda da doença. Estas fases estão associadas a maior risco de recaída e descontinuidade de cuidados, evidenciando a necessidade de intervenções estruturadas e orientadas para a funcionalidade numa perspetiva de recuperação.

O presente trabalho descreve **"ComNexos: Um Manual de Intervenção Psicológica de Grupo em Contexto de Hospital de Dia na Psiquiatria"**, dirigido a utentes do Hospital de Dia psiquiátrico, visando promover a comunicação, regulação emocional, qualidade das interações, funcionalidade e participação na comunidade. O programa integra princípios da Terapia Cognitivo-Comportamental e da Acceptance and Commitment Therapy (Aaron T. Beck; Steven C. Hayes), privilegiando metodologias experienciais, simplicidade cognitiva e foco na aplicabilidade ao quotidiano.

A intervenção decorre ao longo de 12 sessões semanais, com duração de 90 minutos, em grupo semiaberto (máx. 8 participantes). Inclui tarefas entre sessões e sínteses estruturadas compiladas num caderno pessoal (Patient Workbook), promovendo a consolidação de aprendizagens e a manutenção de ganhos após a intervenção. Os conteúdos incluem identidade, regulação emocional, competências sociais, gestão de conflitos e prevenção de recaídas.

Dados preliminares sugerem melhorias em múltiplas dimensões do funcionamento psicológico e psicossocial, nomeadamente qualidade de vida, regulação emocional, competências socioemocionais, funcionamento interpessoal, participação em atividades do quotidiano e redução de evitamento comportamental. Observa-se ainda impacto positivo na funcionalidade global e na integração comunitária, consistente com uma abordagem orientada para a recuperação e continuidade dos cuidados.

O “ComNexos” apresenta-se como uma intervenção estruturada, replicável e clinicamente relevante em contexto de hospital de dia num serviço de psiquiatria, com potencial impacto na redução do risco de recaída e na promoção de trajetórias de recuperação sustentadas.

Palavras-Chave: Doença Mental Grave , Intervenção Psicoterapêutica de Grupo , Hospital de Dia Psiquiátrico , Reabilitação Psicossocial

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 445 - CONTRIBUTOS PARA A VALIDAÇÃO DA VERSÃO PORTUGUESA DO SUBJECTIVE TIME QUESTIONNAIRE

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Carina Fernandes[1], Rute Meneses[1], Inês Gomes[1], Ana Costa[1]

[1]Universidade Fernando Pessoa

A capacidade de estimar o tempo constitui uma habilidade fundamental no funcionamento quotidiano, estando envolvida em múltiplas atividades cognitivas e comportamentais. Alterações na perceção da passagem do tempo, quer sob a forma de subestimação quer de sobrestimação, podem ter consequências relevantes ao nível do funcionamento psicológico e adaptativo, sendo frequentemente associadas a diferentes indicadores de saúde mental. No contexto nacional, verifica-se a ausência de instrumentos validados que permitam avaliar de forma abrangente a perceção subjetiva da passagem do tempo. O presente estudo teve como objetivo analisar as propriedades psicométricas da versão portuguesa do *Subjective Time Questionnaire* (STQ), um instrumento de autorrelato que avalia a perceção do tempo em diferentes contextos temporais. Participaram 671 indivíduos de ambos os sexos e com idades compreendidas entre os 18 e os 84 anos. A estrutura fatorial foi analisada através de Análise Fatorial Exploratória, utilizando o método de fatoração pelo eixo principal com rotação oblíqua (oblimin). A adequação da amostra foi confirmada pelo índice de Kaiser–Meyer–Olkin (KMO = .849) e pelo teste de esfericidade de Bartlett ($\chi^2(276) = 5788.99$, $p < .001$). Após a exclusão de itens com baixas comunalidades, cargas fatoriais reduzidas ou cargas cruzadas, obteve-se uma solução final de cinco fatores, composta por 16 itens, que explicou 56.02% da variância total. Os fatores identificados correspondem a: metáforas da velocidade do tempo, expansão do tempo, pressão do

tempo, velocidade do tempo em períodos da vida e velocidade do tempo no presente e passado recente. A consistência interna revelou-se adequada a elevada, com valores de alfa de Cronbach entre .719 e .861. Estes resultados suportam a validade estrutural e a fiabilidade da versão portuguesa do STQ, indicando que este instrumento constitui uma medida adequada para a avaliação da perceção subjetiva da passagem do tempo na população portuguesa. Estudos futuros deverão confirmar esta estrutura através de análise fatorial confirmatória.

Palavras-Chave: Perceção do tempo , Validação psicométrica , Análise fatorial exploratória , Fiabilidade

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 446 - QUANDO O TEMPO SE ALONGA: DIFERENÇAS NA BISECÇÃO TEMPORAL ENTRE INTERVALOS CURTOS E LONGOS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Margarida Pinto[1], Carina Fernandes[1], Ana Costa[1], Rute Meneses[1], Inês Gomes[1]

[1]Universidade Fernando Pessoa

A capacidade de estimar intervalos temporais em diferentes escalas constitui um processo central da cognição temporal, permitindo distinguir mecanismos específicos de processamento temporal de influências mais gerais, como a atenção e a memória. A utilização de intervalos na gama dos milissegundos e dos segundos tem sido proposta como uma abordagem particularmente útil para dissociar estes processos, uma vez que intervalos mais longos implicam maiores exigências mnésicas e atencionais. O presente estudo teve como objetivo analisar o desempenho numa tarefa de bisecção temporal em estudantes universitários, comparando a perceção de intervalos curtos e longos. Participaram 33 estudantes universitários que realizaram uma tarefa de bisecção temporal em duas condições: curta (100–600 ms) e longa (1000–3000 ms), com ordem de apresentação contrabalançada. Foram analisados o ponto de bisecção, o limiar diferencial e o rácio de Weber. Os resultados evidenciaram diferenças significativas entre condições, indicando que a perceção temporal varia em função da escala dos intervalos. Observou-se um ajustamento do ponto de bisecção às durações apresentadas, sem tendência sistemática para sobrestimação ou subestimação global do tempo. Concretamente, observaram-se valores mais elevados do ponto de bisecção e do limiar diferencial na condição longa, refletindo ajustamentos ao contexto temporal e menor precisão em intervalos mais longos. Adicionalmente, o rácio de Weber apresentou diferenças significativas entre condições, sugerindo que o desempenho não segue um padrão estritamente escalar. Estes resultados apontam para uma modulação da perceção temporal em função da escala, com possíveis diferenças nos mecanismos subjacentes ao processamento de intervalos curtos e longos. Não foram observados efeitos da ordem de apresentação, indicando que os

resultados não foram influenciados por fatores de aprendizagem ou fadiga. Em conjunto, estes achados sugerem que a perceção temporal em indivíduos jovens depende de mecanismos parcialmente distintos para diferentes escalas temporais, suportando a ideia de que o processamento temporal não é unitário. Estes resultados reforçam a utilidade da tarefa de bisecção temporal como ferramenta para investigar os mecanismos da perceção do tempo e constituem uma base relevante para a comparação com populações clínicas, nomeadamente em contextos de envelhecimento e doença neurodegenerativa.

Palavras-Chave: Perceção do tempo , Cognição temporal , Bisecção temporal

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 449 - CONHECIMENTO E USO POR ADULTOS DAS TERAPÊUTICAS NÃO CONVENCIONAIS REGULAMENTADAS EM PORTUGAL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Rute F. Meneses[1]

[1]RISE-Health, Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Universidade Fernando Pessoa, Fundação Ensino e Cultura Fernando Pessoa

O recurso a terapias complementares e alternativas é muito controverso, havendo investigações com resultados díspares. Todavia, muitos clientes relatam aos seus psicólogos o seu uso e efeitos positivos e negativos, ainda que nem sempre saibam que há 7 profissões de terapêuticas não convencionais regulamentadas em Portugal: Acupunctor; Fitoterapeuta; Homeopata; Especialista de Medicina Tradicional Chinesa; Naturopata; Osteopata; e Quiroprático.

Consequentemente, o objectivo do presente estudo foi identificar o conhecimento e uso, por parte de indivíduos com 18 ou mais anos a morar em Portugal, destas terapêuticas não convencionais.

Participaram no estudo 577 adultos: 72,3% do sexo feminino, 27,7% do masculino, entre os 18 e os 88 anos, maioritariamente solteiros (56,4%), com mestrado (31,5%), empregados a tempo inteiro (52,2%), com rendimento mensal auto-percepcionado como médio baixo (40,6%) e nacionalidade Portuguesa (88,5%). Estes responderam a um questionário desenvolvido para o efeito divulgado via redes sociais e medida AISP (Apoio à Investigação em Saúde Psicológica) da OPP, e disponibilizado via *Google Forms*. O estudo foi

aprovado pela Comissão de Ética da Universidade Fernando Pessoa (Parecer nº FCHS/PI-112/20, de 22 de Dezembro de 2020).

Os resultados revelaram que, das 7 terapêuticas, a mais desconhecida ("não conheço") era a Quiropráxia (n=238) e a menos desconhecida a Acupunctura (n=40). A Acupunctura foi também a terapêutica em relação à qual mais indivíduos seleccionaram a opção "nunca usei"(n=324) e a Quiropráxia aquela em relação à qual menos vezes esta opção foi escolhida (n=257). Quanto ao uso passado ("já usei no passado"), estas duas terapêuticas voltaram a estar em pólos opostos (n=129 vs n=17). O uso diário, semanal, mensal, anual e inferior a uma vez por ano destas terapias variou consideravelmente, destacando-se a Osteopatia na frequência de uso.

Assim, os resultados sugerem que, em Portugal, mesmo indivíduos com elevada escolaridade ainda apresentam défices informativos consideráveis que poderão estar a limitar o uso e eficácia de algumas modalidades terapêuticas reconhecidas.

Palavras-Chave: Terapêuticas Não Convencionais; CAM; Práticas de saúde; Literacia em saúde

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 450 - LAÇOS QUE CUIDAM: A INFLUÊNCIA DO SUPORTE SOCIAL NA QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Ana Rodrigues Costa[1], Susana Silva[1]

[1]Universidade Fernando Pessoa

A qualidade de vida (QV) constitui um indicador central do bem-estar na velhice, sendo influenciada por fatores sociodemográficos e contextuais, nomeadamente o suporte social informal e o tempo de institucionalização em Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas (ERPI) ou de frequência em Centros de Dia (CD). A compreensão destes determinantes revela-se particularmente relevante, dado o seu impacto na saúde e no funcionamento global dos idosos.
O presente estudo teve como objetivo analisar a associação entre variáveis sociodemográficas (sexo, escolaridade e estado civil), o suporte social informal e o tempo de residência/frequência, com a perceção de QV nos domínios geral, físico, psicológico, das relações sociais e do ambiente.
A amostra foi constituída por 87 participantes (n = 42 em ERPI; n = 45 em CD), maioritariamente mulheres, viúvas e com baixos níveis de escolaridade, com idades entre os 65 e os 99 anos (M = 82,90; DP = 7,50). Foram administrados um questionário sociodemográfico e o WHOQOL-Bref.
Os resultados evidenciaram que, nas ERPI, os participantes viúvos e divorciados apresentaram níveis superiores de perceção de QV. Nos Centros de Dia, os participantes casados revelaram melhor QV, sendo ainda observadas pontuações mais elevadas no domínio das relações sociais entre os homens.

Adicionalmente, níveis mais elevados de escolaridade associaram-se consistentemente a uma melhor perceção de QV global e dos seus domínios.
No que respeita ao suporte social informal, verificou-se que, nas ERPI, a valorização das visitas esteve associada a melhores relações sociais. Nos Centros de Dia, as visitas de familiares e amigos foram altamente valorizadas, sendo a sua regularidade determinante na importância atribuída. Por fim, o tempo de institucionalização ou de frequência não apresentou associação significativa com a perceção de QV. Estes resultados reforçam o papel central dos vínculos sociais na promoção da qualidade de vida na velhice, destacando a relevância de intervenções que potenciem o suporte social em contextos institucionais.

Palavras-Chave: qualidade de vida; idosos; suporte social informal; institucionalização

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 455 - PRÁTICAS DE SAÚDE: PSICOLOGIA VS TERAPÊUTICAS NÃO CONVENCIONAIS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Clínica e da Saúde

Rute F. Meneses[1]

[1]RISE-Health, Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Universidade Fernando Pessoa, Fundação Ensino e Cultura Fernando Pessoa

A literacia em saúde (mental) é essencial para manter e melhorar a saúde das populações. Apesar da evolução dos últimos anos, em Portugal ainda há défices de informação quanto ao papel d@ psicólog@ clínic@ e da saúde (e não só). Assim, no âmbito de um estudo mais amplo, considerou-se relevante mapear o conhecimento e uso de práticas de saúde intimamente relacionadas com a actividade d@ psicólog@, junto de adultos a habitar em Portugal.

A amostra (de conveniência) foi constituída por 577 adultos: 72,3% do sexo feminino, 27,7% do masculino, entre os 18 e os 88 anos, maioritariamente solteiros (56,4%), com mestrado (31,5%), empregados a tempo inteiro (52,2%), com rendimento mensal auto-percepcionado como médio baixo (40,6%) e nacionalidade Portuguesa (88,5%). Os participantes preencheram um questionário divulgado através das redes sociais e medida AISP (Apoio à Investigação em Saúde Psicológica) da OPP, e disponibilizado por *Google Forms*, após a aprovação do estudo pela Comissão de Ética da Universidade Fernando Pessoa (Parecer nº FCHS/PI-112/20, de 22 de Dezembro de 2020).

A maioria dos participantes relatou não ter nenhum problema de saúde psicológica diagnosticado por um profissional de saúde convencional (84,3%);

usava práticas não convencionais para melhorar o bem-estar (52,8%) e para se sentir melhor psicologicamente (49,4%).

Entre 56 e 156 participantes desconheciam: Aconselhamento, Arte-Terapia, Hipnose/Hipnoterapia, Meditação, Psicoterapia, Técnicas de relaxamento/Exercícios de respiração e Visualização/Imaginação. O não uso destas práticas oscilou entre 140 (Técnicas de relaxamento/Exercícios de respiração) e 384 (Hipnose/Hipnoterapia). O número de respondentes que admitiu ter usado uma destas práticas no passado variou entre 38 (Arte-Terapia) e 135 (Aconselhamento). Quanto ao uso diário, semanal, mensal, anual e inferior a uma vez por ano, destacou-se o uso diário de Técnicas de relaxamento/ Exercícios de respiração (por parte de 84 adultos) e Meditação (n=37); o mensal de Psicoterapia (n=32); e o semanal, mensal e anual de Hipnose/Hipnoterapia (n=0).

Os resultados revelam que @s psicólog@s devem intensificar os esforços para melhorar a informação dos adultos em Portugal sobre terapêuticas não convencionais e convencionais, nomeadamente sobre diversas práticas de que podem beneficiar no âmbito da relação profissional com um@ psicólog@.

Palavras-Chave: Práticas de saúde; Psicologia: Intervenção psicológica; Terapêuticas não convencionais

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 27 - PSICOM - PSICOLOGIA NA COMUNIDADE DE TORRES VEDRAS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Comunitária

Mafalda Guedes Silva[1], Ana Sofia Sousa[2], Cristiana de Oliveira Ribeiro[3], Daniela Filipa Estevão Pedreira[4], Diana Filipa Reis Perluxo[5], Filipa Isabel Figueira Freire Pires Guerra[6], Joana dos Santos Agostinho[2], Patrícia Filipa Feliciano Maia[4], Maria Manuel Nunes de Carvalho[1]

[1]Unidade Local de Saúde do Oeste - Unidade de Torres Vedras, [2]Câmara Municipal de Torres Vedras, [3]Unidade Local de Saúde do Oeste - Cuidados de Saúde Primários de Torres Vedras, [4]Centro Social e Paroquial de Torres Vedras, [5]Escola de Serviços e Comércio do Oeste, [6]Junta de Freguesia de Santa Maria, São Pedro e Matacães

O PsiCom - Psicologia na Comunidade de Torres Vedras foi criado em 2019 com o objetivo de identificar os recursos da comunidade e promover uma articulação entre as diferentes respostas. Constitui-se como um grupo de trabalho funcional, com autonomia organizativa e técnica, composto por profissionais de Psicologia da comunidade do concelho de Torres Vedras com inscrição ativa na Ordem dos Psicólogos Portugueses, a exercer funções em entidades públicas, IPSS, Associações ou entidades privadas, desde que desenvolvam intervenção social direta no âmbito da resposta pública. O PsiCom visa a identificação dos recursos na comunidade no âmbito da Psicologia, o reforço de parcerias de forma a ampliar a articulação de saúde psicológica. Da sua intervenção destaca-se a dinamização de um grupo de



intervisão com periodicidade mensal, a promoção de formação profissional relevante, a elaboração de recursos e de instrumentos para a comunidade.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 69 - INTEGRAÇÃO DE EVIDÊNCIA EMPÍRICA SOBRE EXPERIÊNCIAS POTENCIALMENTE TRAUMÁTICAS: IMPLICAÇÕES PARA INTERVENÇÃO COMUNITÁRIA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Comunitária

Alice Murteira Morgado[1]

[1]CINEICC - Universidade de Coimbra

As experiências potencialmente traumáticas (EPT) são altamente prevalentes ao longo do ciclo de vida, com impacto significativo na qualidade de vida, mesmo na ausência de diagnóstico de psicopatologia. A investigação tem tradicionalmente privilegiado abordagens centradas na caracterização dos eventos em si e nos sintomas clínicos, sendo ainda limitada a integração de modelos que considerem, por um lado, os mecanismos subjetivos e, por outro, possíveis trajetórias de adaptação.

O trabalho apresentado tem como objetivo integrar evidência empírica de um projeto sobre EPT, desenvolvido em diferentes populações (adolescentes, adultos e estudantes do ensino superior), com foco na perceção subjetiva da exposição e nas suas implicações para intervenção em contexto comunitário.

Os resultados são consistentes em três aspetos: (1) confirma-se a elevada prevalência de EPT em diferentes grupos e estádios de desenvolvimento, assim como as associações entre a exposição a estes eventos e a qualidade de vida; (2) a perceção subjetiva das experiências pode ser organizadas em três dimensões: perdas internas, perdas externas e suporte percebido; e (3) as perdas internas emergem como o principal preditor negativo da qualidade de vida, enquanto o suporte percebido constitui um fator protetor robusto, associado a melhor ajustamento psicológico, funcionamento social e crescimento pós-traumático. Os resultados apontam, ainda, para diferenças relevantes na forma como estas experiências são integradas em diferentes estádios de desenvolvimento, reforçando a necessidade de abordagens desenvolvimentais.

Com base nos estudos realizados, propõe-se um modelo conceptual que sustenta a necessidade de intervenções comunitárias centradas não apenas na exposição, mas na perceção subjetiva da experiência, com enfoque em princípios de regulação emocional, reconstrução de significado pessoal e fortalecimento de redes de suporte.

Palavras-Chave: experiências potencialmente traumáticas , qualidade de vida , suporte social , desenvolvimento

Resumo Completo (Ficheiro)



PO 91 - BEM-ESTAR DOS PROFISSIONAIS DO SISTEMA DE PROMOÇÃO E PROTEÇÃO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Comunitária

Ana Carvalho Polido[1], Clara Alexandra Flores Gonçalves[1], Isabel Gomes[1], Sandra Estaca[1]

[1]Santa Casa da Misericórdia de Lisboa (SCML)

A Unidade de Intervenção Familiar, da SCML desenvolveu entre 2023 e 2025 um Projeto Piloto de Promoção do Bem Estar Profissional, com o objetivo de conhecer a influência de um conjunto de fatores no ambiente psicossocial do trabalho e no bem estar profissional, tendo em vista a identificação e implementação de medidas promotoras da satisfação, motivação e produtividade dos seus 92 colaboradores (psicólogos, assistentes sociais, educadores e técnicos de intervenção familiar). O trabalho com uma população exposta a situações de adversidade e desproteção, em particular com crianças e jovens, implica que os profissionais contactem com circunstâncias de grande complexidade e desgaste emocional, pelo que é fundamental uma abordagem preventiva direcionada para o bem-estar profissional, que contribua para que todos os colaboradores consigam cooperar e colocar as suas capacidades e recursos ao serviço da intervenção com as famílias. O projeto piloto alicerçou-se no conhecimento cientifico atual e desenvolveu-se em 5 fases- Preparação, Avaliação de Necessidades, Planeamento, Implementação e Ajustamento. Com base na avaliação de necessidades identificaram-se 5 áreas de ação prioritárias: ritmo de trabalho, reconhecimento profissional, exigências emocionais, conciliação da vida profissional e pessoal e condições de trabalho. Para dar resposta sustentada a estas áreas definiram-se 10 medidas a adotar integradas em 4 domínios: ambiente de trabalho apoiante; formação e treino; saúde e bem-estar; condições de trabalho. Definiram-se indicadores de monitorização de implementação e de eficácia avaliados antes, durante e após a implementação com recurso a metodologias qualitativas e quantitativo. A análise comparativa dos resultados quantitativos revelou uma evolução favorável na quase totalidade dos fatores avaliados; a satisfação geral com este projeto situou-se num nível elevado e a quase totalidade dos colaboradores considerou fundamental a continuidade do investimento no bem-estar profissional. Os resultados alcançados permitem salientar a capacidade efetiva das medidas implementadas para produzir impactos positivos e mensuráveis nas áreas prioritárias e dimensões identificadas. Tendo como referência os resultados obtidos encontra-se em desenvolvimento um Programa de Bem-estar Profissional para o biénio 2026-2027 decorrente da experiência acumulada no projeto piloto,constituindo uma proposta de consolidação e desenvolvimento contínuo de investimento nesta área.

Palavras-Chave: bem-estar profissional , adversidade , prevenção , exigências emocionais

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 101 - NARRATIVAS DE JOVENS SOBRE SAÚDE INDIVIDUAL E PLANETÁRIA: O PROGRAMA CUIDA-TE COMO RESPOSTA INTEGRADA

Tipo: Poster



Tema: Psicologia Comunitária

Vânia Lima Bastos[1], Rita Isabel Rosado da Silva[2], Natacha Torres da Silva[3], Ana Carolina Marques Cardoso[4], Vera Lúcia da Veiga[5], Maria do Rosário Viegas Graça da Cruz[6], Renata Santos Farias[7], Dulce Pinto[8]

[1]IPDJ, IP | Coordenação Regional Norte do Programa Cuida-te, [2]IPDJ, IP | Coordenação Regional Centro do Programa Cuida-te, [3]IPDJ | Coordenação Nacional do Programa Cuida-te, [4]IPDJ | Equipa de Coordenação Nacional Programa Cuida-te, [5]IPDJ, IP | Coordenação Regional Algarve do Programa Cuida-te, [6]IPDJ, IP | Coordenação Regional Alentejo do Programa Cuida-te, [7]IPDJ | Equipa Cuida-te da Região Norte, [8]Universidade Lusófona | HEI-Lab CC

As alterações climáticas constituem uma ameaça crescente à saúde física e mental, com impacto particular entre jovens em situação de maior vulnerabilidade. Neste contexto, torna-se relevante explorar a articulação entre a promoção da saúde e do bem-estar psicológico e a promoção da saúde planetária, tomando como referência o Programa Cuida-te, enquanto resposta integrada e estratégica. O Programa Cuida-te, do Instituto Português do Desporto e Juventude, desenvolve a sua intervenção assegurando apoio e aconselhamento a jovens entre os 12 e os 30 anos, por equipas multidisciplinares constituídas por psicólogos/as, nutricionistas e enfermeiros/as, em todo o território nacional.

Pretendeu-se analisar de que forma este programa pode contribuir para mitigar riscos associados à ansiedade climática e, simultaneamente, favorecer comportamentos pró-ambientais que também promovam a saúde juvenil. Para compreender esta relação, foi aplicado um questionário destinado à recolha de narrativas de jovens e de profissionais do Cuida-te acerca da gestão dos impactos das alterações climáticas e sobre a relação entre a consciência da importância do auto-cuidado e de comportamentos de prevenção na saúde individual e os comportamentos pró-ambientais. A análise sugere que, nas narrativas dos jovens e nas perceções dos profissionais, existe a noção de ligação entre comportamentos pró-ambientais e comportamentos promotores da saúde individual. Foi possível identificar, igualmente um conjunto de premissas, entre as quais a importância da regulação emocional e a da aceitação da incerteza, bem como o reforço da motivação para agir em prol do ambiente.

Os resultados enquadram-se num modelo de investigação-ação, articulando recolha de dados e intervenção prática, com produção de conhecimento científico e reforço de comportamentos protetores. Conclui-se que existe um claro alinhamento entre os objetivos do Programa Cuida-te e as necessidades psicológicas emergentes face às alterações climáticas, nomeadamente, na procura que práticas positivas neste domínio se reflitam no fortalecimento da resiliência e do sentido de propósito. No futuro, importa aprofundar esta temática de modo a avaliar o contributo efetivo do programa para a sustentabilidade dos impactos e para o desenvolvimento de estratégias que reforcem a integração da dimensão ambiental nas práticas de promoção do bem-estar juvenil.

7º CONGRESSO ORDEM DOS PSICÓLOGOS PORTUGUESES
Coimbra 2026

Palavras-Chave: Comportamentos pró-ambientais | Saúde psicológica juvenil | Ansiedade climática | Promoção da saúde e bem-estar nos jovens

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 123 - PROMOÇÃO DE AUTONOMIA E DE UMA ALIMENTAÇÃO EQUILIBRADA E DIVERSIFICADA EM REFEITÓRIOS DO PRÉ-ESCOLAR E 1º CICLO DO ENSINO BÁSICO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Comunitária

Ana Simões e Lília Vilas[1], Joana Fernandes[1]

[1]Município de Penacova

INTRODUÇÃO: No âmbito do *Projeto Município Amigo da Saúde Mental* do Município de Penacova, com base em necessidades identificadas, implementa-se uma Ação em intervenção conjunta e colaborativa com o domínio da Nutrição, com enfoque na intervenção formativa junto das Assistentes Operacionais (AO) que operam nos refeitórios dos Estabelecimentos de Educação e Ensino (Pré-escolar e 1ºCiclo), em temáticas como a promoção de autonomia, do desenvolvimento e do bem-estar integral da criança e a promoção de uma alimentação saudável e nutritiva. Esta Ação assume uma importância fulcral na promoção do desenvolvimento infantil.

OBJETIVOS: Procura-se implementar o plano de supervisão e intervenção formativa em contexto de trabalho, capacitando as AO que operam nos refeitórios, intervindo, avaliando e supervisionando as necessidades e as não conformidades decorrentes do serviço de refeições: promover autonomia, gestão adaptativa e ajustada do comportamento; bem-estar e desenvolvimento integral da criança; higiene, segurança e qualidade alimentar e normas de funcionamento do refeitório escolar.

METODOLOGIA: No decorrer do ano letivo, implementa-se 3 momentos de avaliação (inicial, intermédia e final), através de observação direta e do preenchimento de grelhas de avaliação adaptadas, visitas formativas e de supervisão, com intervenção em contexto, através de modelamento, recomendações teóricas e práticas dirigidas às necessidades de desenvolvimento das crianças e do contexto. Promove-se momentos formativos com discussão de resultados aferidos, entrega de documentos e

manuais de apoio, recomendações práticas e teóricas dirigidas às necessidades de mudança, promoção de estratégias criativas, apelativas, motivadoras e reforçadoras de competências de autonomia, diversificação alimentar e gestão comportamental assente no respeito pelas idiossincrasias da criança e pelo contexto em que se inserem.

RESULTADOS: Verifica-se melhoria significativa ao nível da promoção de autonomia e gestão comportamental em contexto de refeitório escolar, bem como ao nível da aceitabilidade de alimentos pouco apreciados.

CONCLUSÕES: Verifica-se uma evolução positiva na capacitação das AO na resposta às necessidades de autonomia e na gestão comportamental das crianças, essenciais ao desenvolvimento infantil. Esta ação assume especial relevância, considerando que as AO assumem um papel fundamental no acompanhamento adequado das crianças e representam, neste espaço, um modelo educativo de referência.

Palavras-Chave: Autonomia , gestão comportamental , desenvolvimento integral , assistentes operacionais

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 161 - PROMOÇÃO DO BEM-ESTAR DE ESTUDANTES INTERNACIONAIS: PROJETO PONTO D' APOIO DA UNIVERSIDADE DE ÉVORA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Comunitária

Joana Carlos[1], Suzete Rico[1]

[1]Universidade de Évora

O aumento do número de estudantes internacionais no ensino superior tem vindo a acentuar desafios ao nível da integração e do bem-estar psicológico. Na Universidade de Évora, esta população representa uma proporção crescente da comunidade académica (20%), sendo composta por estudantes de múltiplas origens culturais, com destaque para os Países Africanos de Língua Oficial Portuguesa e Brasil, frequentemente confrontados com desafios socioeconómicos, linguísticos e de adaptação.

A evidência aponta para uma maior vulnerabilidade a sentimentos de solidão, isolamento e dificuldades emocionais, associados à fragilidade das redes de suporte e a barreiras no acesso a apoio formal. Neste contexto, o suporte social e o apoio entre pares emergem como fatores protetores relevantes.

Foi desenvolvido o projeto *Ponto d'Apoio*, com o objetivo de promover o bem-estar psicológico e a integração de estudantes internacionais, através de respostas centradas no apoio entre pares e na dinamização de atividades de promoção do bem-estar.

A conceção baseou-se numa abordagem participativa, incluindo três focus groups e um questionário online (n=23), que identificaram necessidades centrais: ausência de redes de suporte informal, dificuldades de integração, barreiras na comunicação institucional e necessidade de espaços seguros de escuta e partilha.

Com base nestes resultados foi implementado um modelo de intervenção que integra: grupos de apoio por pares (regulares)*;* apoio individual por estudantes capacitados em primeiros socorros psicológicos; workshops de bem-estar e atividades de convivência intercultural, promovendo pertença e redes de suporte.

O projeto assume uma estrutura contínua, com supervisão técnica e articulação com os serviços de psicologia. Dados preliminares indicam elevada adesão e satisfação, bem como impacto ao nível da redução da solidão e reforço das redes de suporte. A avaliação de impacto está em curso (WHO-5, UCLA e pertença).

Este projeto constitui uma experiência piloto inovadora no ensino superior português, evidenciando o potencial de intervenções participativas baseadas no apoio entre pares na promoção da saúde mental de estudantes internacionais.

Palavras-Chave: Saúde Mental , Estudantes Internacionais , Apoio por Pares , Ensino Superior

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 170 - PRÓXIMA PARAGEM. PERCEÇÕES SOBRE O PROJECTO DO METROPOLITANO DE SUPERFÍCIE NA COSTA DA CAPARICA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Comunitária

Marta Rosa[1], Carla Sofia Mouro[2]

[1]ISCTE, [2]ISCTE; Universidade Lusófona

A mobilidade urbana enfrenta pressões crescentes associadas à densidade populacional e à transição para a sustentabilidade. Contudo, os projetos nesta área tendem a privilegiar soluções técnicas, frequentemente ignorando as perspetivas das comunidades afetadas desde as fases iniciais de planeamento, o que pode gerar perceções de injustiça e contestação social. Este estudo analisa as perceções de residentes e comerciantes da Costa da Caparica sobre o projeto do Metropolitano de Superfície, que tem suscitado forte envolvimento público, incluindo sessões de consulta pública e uma

petição com mais de 1000 assinaturas. O objetivo é identificar fatores de apoio e contestação, contribuindo para decisões de mobilidade mais inclusivas.

Adotou-se uma abordagem qualitativa com entrevistas semiestruturadas. A recolha de dados encontra-se em curso, prevendo-se 15 a 20 entrevistas a residentes e comerciantes com posições divergentes (a favor e contra o projeto). A análise centra-se nas dimensões de justiça socioambiental percebida: procedimental, distributiva, de reconhecimento e de capacidades/bem-estar.

Os resultados preliminares, com base em sete entrevistas, revelam perceções distintas. Na justiça distributiva, alguns antecipam benefícios, como melhoria da circulação e redução do trânsito, enquanto outros destacam custos, como o impacto das obras, possível falta de manutenção e descaracterização da cidade. Na justiça procedimental, valoriza-se a realização de sessões públicas, embora alguns defendam uma participação mais restrita a indivíduos com conhecimento técnico.

Na dimensão de reconhecimento, apoiantes valorizam ouvir a população, mas atribuem maior peso aos especialistas, enquanto opositores consideram que a comunidade não está a ser devidamente considerada e apontam incompatibilidades com o modo de vida local. Quanto às capacidades/bem-estar, há consenso de que o projeto não é prioritário. Ainda assim, apoiantes acreditam que poderá atrair investimento, enquanto opositores defendem que os recursos deveriam ser aplicados em necessidades mais urgentes, como gestão urbana, infraestruturas e serviços básicos.

Os resultados iniciais evidenciam tensões entre perceções de justiça e prioridades na gestão urbana, reforçando a importância de processos mais inclusivos ao contexto local. Integrar as perceções das comunidades no planeamento poderá contribuir para soluções de mobilidade mais adequadas aos seus modos de vida, necessidades e bem-estar.

Palavras-Chave: Mobilidade urbana , Perceções , Justiça socioambiental , Planeamento

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 180 - SALAS DE CONSUMO VIGIADO E INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA EM REDUÇÃO DE DANOS: RELAÇÃO TERAPÊUTICA, SAÚDE PÚBLICA E PRÁTICAS DE BAIXO LIMIAR

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Comunitária

Roberta Reis[1], Cláudia Pereira[2], Hugo Faria[1], Rodrigo Coutinho[1], Diogo Morais[1]

[1]Associação Ares do Pinhal, [2]Associação de Ares do Pinhal

Tem existido uma integração progressiva, nas últimas duas décadas, das salas de consumo vigiado nas estratégias de redução de danos de diversos países ocidentais, ainda que globalmente limitada. Estes espaços protegidos para consumo higiénico de drogas previamente adquiridas, em ambiente não estigmatizante e sob supervisão de equipa técnica, integram redes dirigidas a pessoas que usam drogas (PWUD).
São serviços altamente especializados, orientados para populações em situação de elevado risco, em particular PWUD que consomem em espaço público, com necessidades de saúde não satisfeitas e com

forte impacto comunitário. As salas de consumo operam simultaneamente como resposta de saúde pública, intervenção comunitária e estratégia de redução de riscos.
Nestes contextos de baixo limiar, a intervenção psicológica age nos limites dos modelos clássicos de relação terapêutica, tradicionalmente assentes na continuidade e contratualização formal. Os contactos são breves, intermitentes e não estruturados, exigindo uma reconfiguração da relação terapêutica baseada no não-julgamento, aceitação e respeito pela autonomia, privilegiando uma aliança colaborativa, que legitima a ambivalência e recusa a imposição de objetivos externos ao sujeito.
No Serviço de Apoio Integrado - Programa de Consumo Vigiado, desenvolvido no Vale de Alcântara e gerido pela Associação Ares do Pinhal, este modelo é operacionalizado por uma equipa multidisciplinar que integra psicólogos, enfermeiros, assistentes sociais e outros profissionais. Os objetivos incluem a redução de overdoses e mortes por overdose, a diminuição do consumo em espaço público, a mitigação do impacto comunitário e a promoção do acesso a cuidados de saúde e serviços sociais.
Os resultados observados evidenciam redução de overdoses (n=71), diminuição do consumo em espaço público (n=66, 837 consumos realizados no serviço) e melhoria das condições de consumo seguro. O serviço facilita o acesso à rede formal de cuidados, incluindo rastreio de infeções: VIH (n=944), VHB (n=981), VHC (n=943) e sífilis (n=980), bem como o encaminhamento para tratamento e acompanhamento especializado (n=1 091).
Neste contexto, o psicólogo assume uma função relacional ampliada, integrando dimensões clínicas, comunitárias e de gestão de crise. As micro-intervenções e o trabalho no aqui-e-agora assumem relevância central, sustentados pela presença, autenticidade e capacidade de regulação emocional como elementos estruturantes da intervenção.

Palavras-Chave: Salas de consumo vigiado , Redução de Danos , Relação Terapêutica , Saúde Pública

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 251 - A PRÁTICA MUSICAL PODE FUNCIONAR COMO INTERVENÇÃO PSICOSSOCIAL EM SENIORES? EVIDÊNCIAS DE UM PROJETO INTERGERACIONAL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Comunitária

José Albino Lima[1], Sofia Marques da Silva[1], Isabela Guerche[1]

[1]FPCEUP

O envelhecimento associa-se frequentemente a processos de isolamento social, declínio cognitivo e vulnerabilidade emocional, colocando desafios relevantes à intervenção psicológica e comunitária. Neste contexto, importa explorar dispositivos de intervenção que articulem dimensões individuais e relacionais na promoção do bem-estar em idade avançada.

O presente estudo analisa o impacto do Projeto ARO – A Linha Melódica que Une Gerações na população sénior participante. O projeto envolveu um total de 110 seniores, integrados em atividades de prática musical estruturada em contexto intergeracional. Metodologicamente, foi adotado um plano de investigação de natureza mista. Na vertente qualitativa, foram realizadas 10 entrevistas semiestruturadas a participantes seniores (65–78 anos), selecionados de forma intencional, considerando

o seu percurso de participação no projeto; na vertente quantitativa, foram aplicados questionários a uma amostra de 38 seniores (63–88 anos), permitindo analisar a perceção de impacto em múltiplas dimensões.

Os resultados evidenciam impactos psicossociais interdependentes. Ao nível psicológico, os participantes relatam melhorias na estimulação cognitiva, nomeadamente na memória, atenção e capacidade de aprendizagem, bem como benefícios ao nível emocional, incluindo redução de sentimentos de solidão, ansiedade e tristeza e aumento do bem-estar e da motivação. Ao nível social, observa-se o fortalecimento de redes de suporte, a criação de novas relações e o reforço do sentimento de pertença.

Conclui-se que a prática musical, quando estruturada em contextos relacionais significativos, constitui um dispositivo relevante de intervenção psicossocial no envelhecimento ativo. Para além do cumprimento dos objetivos definidos, os resultados evidenciam a capacidade do projeto para gerar efeitos transformadores não antecipados, nomeadamente ao nível da autoestima, da perceção de capacidade de aprendizagem e da reconfiguração da autoimagem em idade avançada. Estes resultados reforçam a relevância de abordagens comunitárias e culturais nas práticas psicológicas dirigidas à população sénior.

Palavras-Chave: envelhecimento ativo; intervenção psicossocial; prática musical; bem-estar psicológico

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 330 - FORMAÇÃO EM ESTRATÉGIAS DISCIPLINARES NO ACOLHIMENTO RESIDENCIAL: DESENVOLVIMENTO E VALIDAÇÃO DE UMA INTERVENÇÃO TRAUMA-INFORMED PARA CUIDADORES

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Comunitária

Katarina Gueiros Hernandez[1], Maria Barbosa Ducharne[1]

[1]Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto

O acolhimento residencial constitui uma resposta predominante do sistema de promoção e proteção em Portugal, colocando desafios significativos à intervenção psicológica junto de crianças e adolescentes com histórico de adversidade e trauma. Nestes contextos, persistem práticas disciplinares punitivas, o que reforça a necessidade de intervenções dirigidas aos sistemas de cuidado, sustentadas nas abordagens *trauma-informed*, de vinculação e de regulação emocional, com vista à capacitação dos cuidadores e à transformação das práticas institucionais.

O presente trabalho visa desenvolver e validar um programa estruturado de formação em estratégias disciplinares para cuidadores em acolhimento residencial, baseado em modelos psicológicos empiricamente sustentados e numa abordagem *trauma-informed* . Pretende-se analisar a sua exequibilidade, aceitabilidade e o impacto nas variáveis psicológicas dos cuidadores e no ajustamento psicossocial de crianças e adolescentes acolhidos.

Trata-se de um projeto multiestudo que, numa primeira fase, integra um mapeamento das intervenções com impacto nas práticas disciplinares no acolhimento residencial. Seguem-se o desenvolvimento e a implementação de um programa formativo presencial de 24 horas, organizado em seis módulos, orientado por práticas mais responsivas, consistentes e não punitivas. Numa terceira fase, conduz-se um estudo com avaliação pré- e pós-intervenção, incluindo medidas de crenças, estratégias disciplinares e regulação emocional dos cuidadores, bem como indicadores de bem-estar subjetivo e de ajustamento psicossocial das crianças e jovens. Por fim, realiza-se um estudo para avaliar a manutenção dos efeitos. Espera-se um aumento das estratégias disciplinares positivas, maior sensibilidade e melhoria da regulação emocional dos cuidadores, bem como a redução de práticas punitivas e melhorias no bem-estar e no ajustamento das crianças e adolescentes.

Conclui-se que o programa constitui uma intervenção psicológica de caráter comunitário, orientada à transformação sustentada das práticas institucionais, promovendo contextos mais seguros e responsivos. Contribui para a operacionalização e integração das abordagens *trauma-informed*, da vinculação e da regulação emocional em contextos institucionais, reforçando o papel do psicólogo na conceção, implementação e supervisão de intervenções desta natureza e preenchendo uma lacuna na investigação nacional, ao oferecer um modelo replicável e passível de validação empírica.

Palavras-Chave: estratégias disciplinares, acolhimento residencial, intervenção comunitária, trauma-informed

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 332 - AUTODIAGNÓSTICO EM SAÚDE MENTAL POR MEIOS DIGITAIS: DESAFIOS PARA AS POLÍTICAS PÚBLICAS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Comunitária

Belén Rando[1], Inês Saraiva Ferreira[2]

[1]Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas, Universidade de Lisboa, [2]Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa

O autodiagnóstico em saúde mental por meios digitais tem adquirido crescente relevância com a expansão das redes sociais, de websites especializados e de ferramentas baseadas em inteligência artificial, colocando novos desafios à prática clínica, à literacia em saúde mental e à definição de políticas públicas. A presente comunicação apresenta resultados de um estudo com adultos residentes em Portugal, com o objetivo de caracterizar a utilização de meios digitais para autodiagnóstico em saúde mental, identificar fatores associados a essa prática e discutir as suas implicações no domínio da saúde pública. A recolha de dados foi realizada através de questionário online incluindo aspetos relacionados com a saúde mental, utilização da internet, redes sociais e ferramentas de inteligência artificial generativa (GenIA), bem como motivos e consequências associados ao autodiagnóstico.

Os resultados indicam que uma proporção significativa dos participantes já utilizou websites especializados, e/ou redes sociais e/ou GenIA para interpretar sintomas psicológicos. As principais motivações foram a facilidade de acesso à informação e a ausência de custos. Os efeitos emocionais percebidos foram, em geral, neutros ou positivos, embora uma minoria tenha relatado aumento de ansiedade. Verificou-se ainda que, em alguns casos, o autodiagnóstico precedeu a procura de apoio profissional, sugerindo que estes meios digitais podem funcionar não apenas como fonte de risco, mas também como facilitadores do acesso aos cuidados formais de saúde mental. Foram associados a maior propensão para esta prática o sexo feminino, maior tempo de uso da internet ao fim de semana, maior confiança em ferramentas de GenIA para autodiagnóstico e perceção de barreiras no acesso a apoio profissional.

Do ponto de vista das políticas públicas, estes resultados apontam para a necessidade de uma resposta multissetorial, centrada no reforço da literacia em saúde mental e da literacia digital, no desenvolvimento de estratégias educativas e campanhas públicas de sensibilização, e na criação de diretrizes e mecanismos de regulação que promovam maior transparência, qualidade e segurança na disponibilização de ferramentas digitais, em particular das baseadas em inteligência artificial. Pretende-se contribuir para a discussão e sistematização de orientações no domínio das políticas públicas em saúde mental, promovendo uma utilização mais informada, crítica e responsável de meios digitais para autodiagnóstico.

Palavras-Chave: Autodiagnóstico; saúde mental; políticas públicas; literacia digital

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 366 - STRESS PERCEBIDO E ESTRATÉGIAS DE COPING EM BOMBEIROS: UM ESTUDO EXPLORATÓRIO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Comunitária

Filipa Lages Santos[1], Mariana Costa[1], Matilde Rodrigues[1], Sandra Moreira[1], Isabel S. Silva[1]

[1]Piaget - ISEIT de Viseu

Introdução: A atividade profissional dos bombeiros implica exposição recorrente a situações de elevada exigência psicológica, com impacto significativo no stress percebido

e nas estratégias de coping utilizadas, tornando essencial a compreensão desta relação para a definição de medidas de prevenção e suporte psicológico.

Objetivos: Analisar os níveis de stress percebido e as estratégias de coping em bombeiros portugueses, bem como explorar a associação entre o stress percebido, diferentes estratégias de coping e variáveis sociodemográficas e profissionais.

Método: Estudo exploratório, transversal e correlacional, com uma amostra de 91 bombeiros portugueses, maioritariamente do sexo masculino (60,4%), com idade média de 36 anos (*DP*=11), solteiros (48,4%), a exercer atividade na região Centro (61,5%) e integrados em corpos de bombeiros voluntários (91,2%). A maioria exercia a função de bombeiro (79,1%), trabalhava em regime de turnos rotativos (69,2%) e indicou a emergência pré-hospitalar como principal tipo de ocorrência (71,4%). Foram utilizadas as escalas de autorrelato *Perceived Stress Scale* (PSS-10) e *Brief COPE* para avaliar o stress percebido e as estratégias de coping, recorrendo-se a análises descritivas, comparativas e correlacionais no SPSS (versão 30).

Resultados: Os participantes apresentaram níveis baixos a moderados de stress percebido (*M*= 16,1; *DP*= 6,75). O stress percebido correlacionou-se negativamente com estratégias adaptativas, nomeadamente coping ativo (r= −.44, p < .001), planeamento (r= −.21, p= .042) e reinterpretação positiva (r= −.33, p = .002), e positivamente com estratégias evitativas, destacando-se correlações fortes com o desinvestimento comportamental (r= .52, p < .001) e a autoculpabilização (r= .64, p < .001). Verificaram-se diferenças significativas nos níveis de stress percebido em função do sexo, com valores mais elevados no grupo feminino (t(89) = −2,37, p= .020), bem como maior recurso a estratégias de suporte emocional e instrumental, coping religioso e desinvestimento comportamental. Não se observaram diferenças significativas em função do tipo de vínculo ou do tipo geral de ocorrência operacional.

Conclusão: Os resultados preliminares indicam que níveis mais elevados de stress percebido se associam a menor utilização de estratégias de coping adaptativas e a maior recurso a estratégias evitativas e autocríticas, reforçando a relevância de intervenções psicológicas focadas na promoção do coping ativo em bombeiros.

Palavras-Chave: Bombeiros; Stress Percebido; Coping

Resumo Completo (Ficheiro)



PO 395 - SALA ABERTA: UM PROJETO DE APOIO INTERPARES PARA ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DESLOCADOS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Comunitária

Francisca Diogo Almeida[1], Francisco Queirós[1], Maria Teresa Pereira[1], Maria João Vargas Moniz[1]

[1]Ispa - Instituto Universitário

A transição para o ensino superior (ES) constitui um marco desafiante na vida de estudantes, particularmente para aqueles que experienciam pela primeira vez a saída da casa dos pais e o afastamento da sua rede de apoio. Dadas estas implicações, os estudantes deslocados estão mais sujeitos a certos tipos de desafios, como a construção precoce de um sentido de autonomia e a adaptação a uma nova comunidade, realçando a importância de grupos de apoio interpares. A Sala Aberta é uma iniciativa do Projeto UNI_R do Ispa que consiste num espaço aberto para estudantes deslocados e/ou com dificuldades de integração, onde se procura promover, através de atividades, um ambiente de conexão, de partilha e de entreajuda entre os membros desse grupo. Esta iniciativa tem o objetivo promover uma rede de apoio interpares para estudantes deslocados, assim como a sua integração na comunidade académica. O presente estudo tem como objetivo analisar o impacto da Sala Aberta no bem-estar e apoio interpares dos estudantes que participaram. No segundo semestre do ano letivo 2025/2026, foi realizada uma sessão piloto com estudantes de uma instituição de ensino superior (IES) portuguesa. Esta sessão presencial, dinamizada de estudantes para estudantes, decorreu nas instalações da IES e teve a duração de uma hora. Durante a sessão, o projeto foi apresentado aos participantes e foram realizadas atividades que promovessem a partilha de experiências académicas e pessoais e a discussão de temas e estratégias consideradas relevantes pelo grupo. Os estudantes preencheram um questionário com instrumentos quantitativos de auto relato e qualitativos antes e após a participação na sessão, com o objetivo de compreender o impacto da sessão no seu bem-estar académico, sentimento de comunidade e suporte interpares. Verificou-se que a sessão piloto da Sala Aberta auxiliou na promoção dos níveis de bem-estar psicológico, do apoio interpares e do sentimento de pertença à comunidade dos estudantes. Os resultados evidenciam a importância das IES apoiarem as iniciativas de apoio interpares por parte dos estudantes e do impacto das mesmas na promoção do bem-estar dos estudantes deslocados ao desenvolverem competências pessoais, promoverem a sua saúde mental e sucesso académico.

PO 406 - TRABALHAR COM A VERGONHA NA DOENÇA MENTAL GRAVE: UMA ABORDAGEM INTEGRATIVA PARA MELHORAR A METACOGNIÇÃO E E O AUTO-ESTIGMA NUM SERVIÇO COMUNITÁRIO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Comunitária

Francisca Goulart[1], Ana Silva Pinto[2], Alice Lopes[3], Carla Cunha[4]

[1]Universidade da Maia e Centro de Psicologia da Universidade do Porto, [2]ICBAS - Instituto de Ciências Biomédicos Abel Salazar, Universidade do Porto, Porto, PortugalUnidade de Psiquiatria Comunitária, Serviço de Psiquiatria e Saúde Mental, Centro Hospitalar Universitário do Porto, Porto, Portugal., [3]ICBAS - Instituto de Ciências Biomédicos Abel Salazar, Universidade do Porto, Porto, Portugal, Serviço de Psiquiatria e Saúde Mental, Centro Hospitalar Universitário do Porto, Porto, Portugal., [4]Universidade da Maia e Centro De Psicologia da Universidade do Porto



Abstract

A Doença Mental Grave (DMG) impacta significativamente a qualidade de vida, a regulação emocional, o insight e a integração da história pessoal (Lysaker et al., 2011; Philip T. Yanos et al., 2020). Em psicoterapia, estas dificuldades têm sido explicadas com sucesso a partir dos défices metacognitivos (Lysaker et al., 2014; Hohendorf & Bauer, 2023). Contudo, muitas propostas de intervenção para a DMG permanecem centradas na psicoeducação ou no treino de competências sociais, apresentando evidência limitada quanto ao impacto em outros indicadores relevantes para a recuperação, como sintomas negativos (Berendsen et al., 2024; Lysaker et al., 2011; Williams et al., 2024)

Perante a escassez de abordagens integrativas ajustadas às necessidades cognitivas, emocionais e relacionais na DMG (Faith et al., 2024) e indicações de que a sua adequabilidade pode superar outras propostas terapêuticas (Dellazizzo et al., 2022), o presente projeto propõe a implementação da Metacognitive Reflection and Insight Therapy (MERIT) em grupo em Portugal (Lysaker & Klion, 2018). Este modelo permite monitorizar e adaptar continuamente a intervenção ao nível metacognitivo do paciente, tendo um caracter anti-estigma.

Com um desenho de investigação de processo–resultado, o projeto visa estudar mudanças na metacognição mas também na regulação emocional, assim como explorar efeitos em outros indicadores reconhecidamente importantes para a recuperação, como o auto-estigma, (Firmin et al., 2017), e a vergonha(Carden et al., 2020; Davies et al., 2024) .

Este plano de trabalhos será desenvolvido no âmbito de um percurso de doutoramento individual na Universidade da Maia e na ULS de Santo António num serviço comunitário de saúde mental e e inclui dois estudos: 1) exploração qualitativa da história de vida da pessoa com doença mental grave ; (2) estudo de viabilidade da aplicação da Terapia Metacognitiva de Lysaker em Grupo e comparação com a sua aplicação combinada com um módulo da Terapia Focada nas Emoções de Greenberg. Pretende-se, assim, contribuir para o desenvolvimento de intervenções psicoterapêuticas mais responsivas e personalizadas, valorizando as dimensões metacognitivas, emocionais e sociais da recuperação e reforçando o papel do psicólogo no tratamento e recuperação da pessoa com DMG.

Palavras-Chave: Metacognição, Emoção, Estigma, Doença Mental Grave



Resumo Completo (Ficheiro)

PO 416 - PERCEÇÕES SOBRE A VIOLÊNCIA DOMÉSTICA CONTRA O HOMEM: UM ESTUDO EXPLORATÓRIO EM ESTUDANTES DO ENSINO SUPERIOR

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Comunitária

Catarina Silva[1], Mariana Carvalho[1], Inês Costa[1], Andreia Cabral[1], Ana Rita Lopes[1], isabel S. Silva[1]

[1]Piaget - ISEIT de Viseu

Introdução: A violência doméstica contra o homem permanece um fenómeno social sub-reconhecido, frequentemente condicionado por estereótipos normativos de género que dificultam o seu reconhecimento, denúncia e adequação das respostas institucionais.

Objetivo: Analisar as perceções sobre a violência doméstica contra o homem em estudantes universitários.

Método: A amostra foi constituída por 44 estudantes do ensino superior (M_{idade}= 22,0; *DP* = 4,50), maioritariamente do sexo feminino (77,3%), solteiros (93,2%) e de nacionalidade portuguesa (97,7%). Os participantes frequentavam sobretudo cursos das Ciências da Saúde (40,9%) e das Ciências Sociais e Humanas (31,8%), encontrando-se maioritariamente no 3.º ano do ciclo de estudos (68,2%). Relativamente à formação em temáticas sobre violência, 40,9% reportaram formação prévia, maioritariamente em contexto extracurricular. As perceções foram avaliadas através do Inventário de Perceções da Violência Doméstica contra o Homem (IPVDCH), em formato digital, sendo as pontuações interpretadas como desadequadas (0,1–2,49) ou adequadas (2,50–4).

Resultados: As perceções avaliadas pelo IPVDCH foram analisadas a partir das médias das subescalas. Observaram-se perceções globalmente adequadas nas dimensões da Denúncia (*M* = 3,82), dos Motivos de Permanência na Relação (*M* = 3,59), dos Tipos de Violência (*M* = 3,05), do (Auto)Reconhecimento (*M* = 2,74), das Características do Homem Vítima (*M* = 2,71) e dos Aspetos Sociais Associados ao Homem Vítima (*M* = 2,75). Estes resultados evidenciam um reconhecimento moderado a elevado das barreiras à denúncia, dos fatores que contribuem para a manutenção de relações abusivas e da vivência de vitimação masculina. Em contraste, registaram-se perceções desadequadas nas subescalas de Gravidade e Severidade (*M* = 2,20), Medidas Judiciais e de Proteção (*M* = 2,29) e Razões para a Agressão (*M* = 2,46), sugerindo a persistência de conceções que tendem a relativizar a gravidade da violência exercida contra os homens, a atribuir a agressão feminina a determinados fatores explicativos e a sobrestimar a eficácia das respostas institucionais existentes.



Conclusão: Os resultados indicam maior sensibilidade às dimensões subjetivas da vitimação masculina, contrastando com uma compreensão menos ajustada das dimensões estruturais e institucionais da violência contra o homem. Estes dados salientam a necessidade de reforçar a formação e a sensibilização, promovendo respostas mais equitativas e informadas.

Palavras-Chave: Violência; Vitimação masculina; Perceções; Estereótipos de género

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 417 - PROJETO XPTO DO ONLINE AO OFFLINE - ADOLESCENTES, INTERNET E FAMÍLIA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Comunitária

Marina Morais[1], Patrícia Líbano[1], Sandra Marina Escobar[1]

[1]Fundação Casa de Trabalho

As Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC) representam um marco central da modernidade tecnológica, encontrando-se amplamente disseminadas nos domínios da educação, do entretenimento e da comunicação. Apesar dos benefícios e potencialidades das TIC, a utilização excessiva levanta preocupações, nomeadamente no que se refere ao desenvolvimento de dependências *online* em crianças e adolescentes. Estudos realizados em Portugal indicam que entre 15% e 20% dos jovens, com idades entre os 12 e os 25 anos, apresentam níveis de dependência *online*, com implicações no bem-estar psicológico. Trata-se, assim, de uma problemática que ultrapassa a esfera individual, envolvendo também o sistema familiar, reforçando a necessidade de abordagens interventivas que incluam a família. É neste contexto que nasce o projeto XPTO do *online* ao *offline,* com duração de três anos, e com o objetivo de promover o uso equilibrado das TIC. A amostra é constituída por 150 participantes (50/ano) entre os 12 e os 16 anos de idade. A intervenção envolve os sujeitos participantes e respetivos familiares, integrando sessões individuais com o adolescente, sessões familiares e uma componente experiencial de artes cénicas e desporto de aventura, orientada para a promoção de atividades *offline* e para o desenvolvimento de competências sociais, expressivas e relacionais. O protocolo de avaliação pré e pós-intervenção inclui um questionário sociodemográfico, instrumentos validados QUTIC, AIT, SCORE-15, KIDSCREEN-27 e entrevistas pós-intervenção. A fase inicial do projeto revelou maior consciencialização parental, relativamente aos efeitos do uso excessivo da tecnologia e impacto relacional

do *online* na família. Revelou ainda que padrões de utilização problemáticos da *internet*, associam-se a uma maior perda de controlo, e impacto negativo no bem-estar psicológico, reforçando a pertinência da intervenção proposta. O projeto encontra-se ainda em fase intermédia de implementação e é acompanhado de uma avaliação de impacto, espera-se um impacto positivo em 70% dos participantes e suas famílias.

Palavras-Chave: Dependência Online; Intervenção; Artes cénicas; Família

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 424 - O IMPACTO DA INTERVENÇÃO MULTIDISCIPLINAR NA QUALIDADE DE VIDA E SUPORTE SOCIAL DOS ADULTOS MAIS VELHOS A VIVER EM MEIO RURAL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Comunitária

Lília Maria Moreira Pinto[1], Inês Teixeira[1], Maria Amélia Ferreira[1]

[1]Santa Casa da Misericórdia de Marco de Canaveses

Introdução: Com as atuais alterações sociais e demográficas, o isolamento social tem vindo a assumir uma prevalência crescente na população mais velha (Miao et al., 2022). Este tem sido consistentemente associado a efeitos adversos na saúde física e psicológica, bem como à diminuição da qualidade de vida, sendo estes impactos particularmente acentuados no decurso do envelhecimento.

Objetivo: Avaliar o impacto do Projeto “Musicalidade”, através de uma intervenção multidisciplinar (música, musicoterapia e psicologia), na qualidade de vida e no suporte social adultos mais velhos em contexto de respostas sociais, numa região rural.

Metodologia: A intervenção abrangeu cerca de 300 adultos mais velhos, que beneficiaram de sessões semanais enquadradas na tríade de intervenção do projeto (música, psicologia e psicomotricidade), em onze respostas sociais do concelho de Marco de Canaveses: seis Centros de Dia, dois Centros de Convívio, uma Estrutura Residencial para Idosos, uma Unidade de Cuidados Continuados de Longa Duração e Manutenção e um Serviço de Internamento Hospitalar. Para avaliação do impacto, foi considerada uma amostra de participantes (IAQvD: n = 51; LSNS-6: n = 46), sujeitos a avaliação pré e pós-teste, utilizando o Instrumento de Avaliação da Qualidade de Vida (IAQvD) e a Escala Breve de Redes Sociais de Lubben (LSNS-6). A análise estatística foi realizada através do teste t para amostras emparelhadas.

Resultados: Observou-se uma diminuição dos valores médios em todas as dimensões do IAQvD entre o pré e o pós-teste, sugerindo a melhoria global da qualidade de vida. Foram encontradas diferenças estatisticamente significativas nas dimensões doença (p = .003), relações sociais (p = .008) e na pontuação total (p = .001), enquanto as restantes dimensões evidenciaram tendências de melhoria, sem significado estatístico. Relativamente ao suporte social percebido, verificou-se uma diferença estatisticamente significativa entre os momentos de avaliação (p = .001), indicando a melhoria da perceção de suporte social e uma redução do risco de isolamento social.

Conclusão: O projeto “Musicalidade” revela existir impacto significativo na diminuição do isolamento social, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida e da saúde global dos seus beneficiários.

Financiamentos: Santa Casa da Misericórdia de Marco de Canaveses, Fundação Belmiro de Azevedo, Portugal Inovação Social e Caixa Social.

Palavras-Chave: Qualidade de vida, Suporte Social, Isolamento Social, Intervenção Multidisciplinar

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 431 - MOTIVATIONS FOR THE PERPETRATION OF SEXUAL VIOLENCE IN ARMED CONFLICTS: A SYSTEMATIC REVIEW

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Comunitária

Inês Cardoso[1], Daniela Silva[1], Rita Robalo[1], Gabriela Martinho[1]

[1]Universidade da Maia

Sexual violence in armed conflicts (SVAC) represents a severe human rights violation defined as any coercive act directed against a person’s sexuality. Historically evolving from spoils of war to a systematic military tactic, SVAC is now understood through integrated models encompassing organizational culture, group cohesion and the climate of absolute impunity facilitated by institutional collapse. This systematic literature review aimed to synthesize the motivations underlying SVAC from the perspectives of perpetrators, victims, and stakeholders. Following PRISMA guidelines, a systematic search was conducted across PubMed, EBSCO, and Web of Science databases, leading to a total of 25 included studies. Thematic synthesis of the results revealed seven general motivations, such as Biological Sexual Gratification, Patriarchal Beliefs, Superstitious Beliefs, Genocidal Rape, Strategic Instrumentalization, Military Conditioning and Socioeconomic Condition. These findings demonstrate that SVAC is rarely an isolated opportunistic act, rather, it is a multifaceted instrument driven by strategic, socioeconomic and ideological factors. Understanding these diverse motivations is crucial to dismantle institutionalized cultures of violence and design effective, context-sensitive psychosocial interventions for survivors and affected communities.

Palavras-Chave: Sexual Violence , Armed Conflict , Motivations , Systematic Review

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 439 - SENTIDO DE VIDA, ESPERANÇA E SUPORTE SOCIAL PERCEBIDO EM ADULTOS: UM ESTUDO EXPLORATÓRIO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Comunitária

Mirian Costa e Silva[1], Isabel S. Silva[1]

[1]Piaget - ISEIT de Viseu

Introdução: O sentido da vida, a esperança e o suporte social percebido constituem construtos centrais na compreensão do bem-estar psicológico ao longo do ciclo de vida adulto.
Objetivo: O presente estudo teve como objetivo examinar as relações entre estes construtos numa amostra adulta.
Método: A amostra foi composta por 110 adultos, com idades entre os 18 e os ≥75 anos, predominantemente residentes em contexto urbano (75,2%), com ligeira predominância do género feminino (53,2%). Observou-se diversidade quanto ao estado civil, nível de escolaridade e situação profissional, caracterizando uma amostra heterogénea e representativa de diferentes fases da adultez. Os participantes responderam online a um questionário sociodemográfico e a medidas de autorrelato validadas para a população portuguesa: o Questionário do Sentido da Vida, a Escala de Esperança de Herth (HHI-PT) e a Escala Multidimensional de Suporte Social Percebido. Foram realizadas análises estatísticas descritivas e análises correlacionais através do coeficiente de Pearson com recurso ao SPSS (versão 30).

Resultados: Os resultados descritivos indicaram níveis elevados de presença de sentido de vida (*M* = 5,21; *DP* = 1,08), esperança (*M* = 3,18; *DP* = 0,41) e suporte social percebido total (*M* = 5,75; *DP* = 0,94). Relativamente às análises inferenciais, verificou-se uma correlação positiva forte entre a presença de sentido de vida e a esperança ($r = 0,62$; $p < .001$). O suporte social percebido total apresentou correlação positiva moderada com a esperança ($r = 0,49$; $p < .001$) e com a presença de sentido de vida ($r = 0,56$; $p < .001$). As subdimensões de suporte familiar ($r = 0,48$; $p < .001$), amigos ($r = 0,41$; $p < .001$) e pessoa significativa ($r = 0,52$; $p < .001$) mostraram associações significativas com a esperança. A dimensão procura de sentido de vida apresentou correlações fracas e não significativas com a esperança ($r = −0,18$; $p = .06$) e com o suporte social percebido ($r = −0,14$; $p = .12$).

Conclusão: Os resultados indicam que a presença de sentido de vida e o suporte social percebido se associam de forma significativa à promoção da esperança ao longo da vida adulta. Estes resultados reforçam a relevância de intervenções psicológicas e comunitárias orientadas para o fortalecimento das redes de suporte social e para a construção de significado existencial, enquanto fatores protetores do bem-estar psicológico.

Palavras-Chave: Sentido da vida; Esperança; Suporte social percebido; Adultos

Resumo Completo (Ficheiro)



PO 441 - A PSICOLOGIA COMO PONTE ENTRE DIAGNÓSTICO SOCIAL E DECISÃO POLÍTICA NO PLANEAMENTO DE POLÍTICAS PÚBLICAS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Comunitária

Sofia Matias[1], Sofia Brito[1], Catarina Mano[1], Sandra Nogueira[1], Ana Cristina Silva[1], Luís Barbosa[1], Rui Serôdio[1], Alexandra Serra[2]

[1]Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, [2]Instituto Superior de Ciências da Saúde (CESPU), Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto

O desenvolvimento de políticas públicas eficazes exige compreensão aprofundada das realidades sociais, que vá além de indicadores exclusivamente quantitativos. Neste contexto, a Psicologia assume-se como uma ciência aplicada com potencial para mediar a relação entre diagnóstico social e decisão política, ao integrar dimensões psicossociais, relacionais e contextuais nos processos de planeamento social.

Este trabalho tem como objetivo refletir sobre o papel das/os psicólogas/os na produção de diagnósticos psicossociais que sustentam a formulação e implementação de políticas públicas mais ajustadas às necessidades das populações. Partindo de contributos teóricos como o modelo biopsicossocial, a avaliação de necessidades (needs assessment) e as perspetivas da psicologia comunitária e ecológica, discute-se a importância de abordagens multinível na leitura dos fenómenos sociais.

A Psicologia desempenha um papel relevante na construção de políticas públicas mais eficazes ao possibilitar a tradução de dados quantitativos e narrativas comunitárias em conhecimento acionável, promovendo a articulação entre evidência científica e contexto local. Neste âmbito, instrumentos de planeamento político podem beneficiar de uma abordagem psicossocial que permita identificar não apenas necessidades objetivas, mas também perceções, dinâmicas relacionais e recursos comunitários frequentemente invisíveis em análises tradicionais.

Adicionalmente, destaca-se o contributo da Psicologia para a consolidação de políticas públicas baseadas em evidência (evidence-based policy), reforçando a sua relevância na fase de diagnóstico, mas também na implementação e avaliação das intervenções. Ao atuar como ponte entre diferentes formas de conhecimento, a Psicologia posiciona-se como uma disciplina central na construção de respostas sociais mais contextualizadas, participadas e eficazes.

Conclui-se que a integração de perspetivas psicológicas nos processos de formulação e implementação de políticas públicas permite uma compreensão mais complexa e realista das problemáticas, contribuindo para decisões mais informadas, contextualizadas e ajustadas às dinâmicas das populações e dos sistemas em que se inserem.

Palavras-Chave: Psicologia, Políticas públicas, Diagnóstico social, Evidência

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 444 - DESENVOLVIMENTO E AVALIAÇÃO DE UMA CARTILHA PSICOEDUCATIVA PARA PAIS SOBRE APOIO FAMILIAR AOS PROJETOS DE VIDA NA TRANSIÇÃO PARA A VIDA ADULTA

Tipo: Poster



Tema: Psicologia Comunitária

Pedro Dante Mendonça Zambrano[1], Letícia Lovato Dellazzana-Zanon[1]

[1]Pontifícia Universidade Católica de Campinas

Este trabalho tem como objetivo apresentar o desenvolvimento e a avaliação de uma cartilha psicoeducativa voltada a pais e cuidadores de jovens em transição para a vida adulta. A cartilha visa traduzir conhecimentos científicos em orientações acessíveis, favorecendo práticas parentais reflexivas e dialógicas e auxiliando os responsáveis a reconhecerem seu papel na sustentação dos projetos de vida, sem substituir a autonomia dos filhos. O material organiza, em linguagem simples, ideias-chave relacionadas à escuta, à negociação de expectativas, à validação das escolhas e ao manejo de conflitos em torno de estudo, trabalho e saída de casa.

A elaboração fundamentou-se nos resultados de uma investigação empírica com pais e em referenciais da Psicologia do Desenvolvimento e da Psicologia da Família sobre adultez emergente, projetos de vida e práticas parentais de apoio. O processo seguiu recomendações para o desenvolvimento de cartilhas na área da saúde, com atenção à clareza da linguagem, ao uso de ilustrações e à organização em secções breves, visando à aplicação em contextos clínicos, educacionais e comunitários.

A cartilha foi submetida à avaliação de juízes das áreas da Educação, Psicologia da Família e Desenvolvimento Humano, que analisaram a adequação do conteúdo aos objetivos, a clareza conceitual, a adequação da linguagem ao público-alvo, a sensibilidade à diversidade familiar e a qualidade da apresentação visual. As apreciações orientaram ajustes no material, com reformulação de trechos, inclusão de exemplos e modificações gráficas.

O processo de avaliação especializada permitiu qualificar a cartilha como recurso psicoeducativo consistente, com potencial para apoiar práticas parentais reflexivas e favorecer o diálogo familiar sobre projetos de vida na transição para a vida adulta. Espera-se que o material contribua para aproximar a produção científica da prática profissional, oferecendo um instrumento simples, de baixo custo e facilmente disseminável.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 4 - PRO-ESCOLA: UM MODELO INTEGRADO DE INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA NA PREVENÇÃO DO INSUCESSO ESCOLAR EM CONTEXTOS TEIP

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Educação

Patricia Alexandra Pires de Matos[1]

[1]Agrupamento de Escolas de Marrazes, Leiria

O insucesso escolar nos 2.º e 3.º ciclos do ensino básico em Portugal constitui um desafio persistente, particularmente em contextos TEIP, onde fatores socioeconómicos, emocionais e motivacionais influenciam negativamente o percurso académico dos alunos. O presente estudo apresenta o PRO-ESCOLA, um programa de intervenção psicológica baseado numa abordagem cognitivo-comportamental, com o objetivo de promover a motivação académica, autoestima e autoconceito. Adota-se um desenho



quase-experimental com grupo de intervenção e grupo de controlo, com avaliação pré e pós-intervenção. Contribuição para práticas baseadas na evidência em contexto educativo.

1. Introdução

O insucesso escolar permanece um dos principais desafios do sistema educativo português, com maior incidência em contextos socioeconomicamente desfavorecidos. Estudos indicam que fatores como baixa motivação, reduzida autoestima e o autoconceito académico estão fortemente associados ao desempenho escolar.

Intervenções psicológicas em contexto escolar, particularmente baseadas em abordagens cognitivo-comportamentais, têm demonstrado eficácia na promoção de competências socioemocionais e no aumento do envolvimento académico.

2. Objetivos

- Desenvolver um programa de intervenção psicológica estruturado
- Promover motivação, autoestima e autoconceito
- Prevenir o insucesso escolar em alunos do 2.º e 3.º ciclo

3. Metodologia

3.1 Desenho

Quase-experimental com grupo de intervenção e grupo de controlo

3.2 Participantes

Alunos do 2.º e 3.º ciclo em contexto TEIP

3.3 Instrumentos

- Escala de Motivação Académica
- Escala de Autoestima
- Escala de Autoconceito

3.4 Procedimento

Aplicação do programa PRO-ESCOLA em 8 sessões, com avaliação pré e pós-intervenção

4. Descrição do Programa (PRO-ESCOLA)

Programa estruturado em 8 sessões:

1. Motivação
2. Autoconhecimento
3. Crenças e pensamentos
4. Emoções
5. Estratégias de estudo

6. Autorregulação
7. Objetivos
8. Avaliação

5. Resultados Esperados

- Aumento da motivação académica
- Melhoria da autoestima
- Reforço do autoconceito
- Redução do insucesso escolar

6. Discussão

O PRO-ESCOLA apresenta potencial como intervenção eficaz e replicável, alinhada com a literatura internacional. A integração de variáveis cognitivas e emocionais constitui um fator diferenciador.

7. Conclusão

Este modelo contribui para práticas psicológicas baseadas na evidência e para a promoção do sucesso educativo em contextos vulneráveis.

8. Referências (base)

- Bandura (1997)
- Deci & Ryan (2000)
- Hattie (2009)

Palavras-Chave: insucesso escolar; intervenção psicológica; motivação; autoconceito; , TEIP

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 62 - LIFE SKILLS COMPREHENSION: DILEMMAS AND POTENTIAL ALTERNATIVES

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Educação

Clara Simães[1], A. Rui Gomes[1]

[1]Universidade do Minho

Life skills represent a fascinating topic in the human sciences, particularly psychology, given their potential to contribute to human development and self-realization across the lifespan. However, some aspects need to be clarified better to understand the effects of life skills in human functioning, namely: (a) how to understand the concept of life skills; (b) what types of life skills exist and how they should be identified; (c) what are the stages implicated in life skills learning; (d) what life skills are learned across the lifespan; and, (e) what methods and techniques can be used to train life skills. This paper discusses these questions and presents some potential solutions. The Life Skills Efficacy Model, which proposes three hypotheses to

explain the efficacy of learning life skills, is also presented. To conclude, major challenges in the study of life skills are discussed.

Palavras-Chave: Life Skills , Lifespan , Changing Events , Human Functioning

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 66 - FUNCIONAMENTO PSICOLÓGICO POSITIVO: DIMENSIONALIDADE DO CONSTRUCTO E SUA AVALIAÇÃO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Educação

Ema Patrícia Oliveira[1], Leandro S. Almeida[2]

[1]Universidade da Beira Interior e CIEP - Centro de Investigação em Educação e Psicologia, [2]Universidade do Minho

No quadro da Psicologia Positiva, particular atenção tem sido dada na investigação e na intervenção psicológica ao bem-estar das pessoas. São diversos os constructos destacados por esta nova abordagem da Psicologia, e logicamente são também vários os instrumentos disponíveis para avaliar as potencialidades dos indivíduos. Um dos constructos designa-se Funcionamento Psicológico Positivo, em linha com o conceito de bem-estar psicológico, mas operacionalizado por meio de um conjunto de recursos psicológicos importantes para o funcionamento saudável. Para a sua avaliação, procedemos à adaptação e validação para Portugal da Escala de Funcionamento Psicológico Positivo (EFPP; Merino & Privado, 2015). Trata-se de uma escala formada por 33 itens agrupados em 11 subescalas, que correspondem a diferentes recursos psicológicos: Autoestima, Resiliência, Curiosidade, Otimismo, Autonomia, Vitalidade, Domínio do Meio, Propósito na Vida, Humor, Desfrute e Criatividade. Nesta comunicação apresentamos as duas versões desta escala (jovens universitários e adolescentes), e os resultados obtidos nos estudos de tradução/adaptação dos itens, precisão e validade. Participaram no primeiro estudo 1131 estudantes universitários portugueses, com média de idade de 19.6 anos (*DP*=3.47), todos a frequentar cursos de licenciatura, em diferentes instituições de ensino superior. O estudo de validação com adolescentes incluiu 696 participantes, com idades compreendidas entre os 12 e os 18 anos (*M*=14.7; *DP*=1.82). Em ambas as amostras, a dimensionalidade da EFPP é reforçada pelos coeficientes de consistência interna obtidos nas 11 subescalas e a maior comunalidade nas pontuações sugere um fator geral de 2ª ordem para melhor ajuste do modelo, replicando assim a estrutura fatorial encontrada com outras populações (e.g. espanhola e mexicana). Ao nível da validade convergente, os resultados obtidos com a EFPP mostram relação com outras medidas de bem-estar, tais como a satisfação com a vida e o afeto positivo e negativo. Sugerem-se possibilidades da utilização desta escala na investigação e prática psicológicas dadas as boas propriedades psicométricas obtidas nas amostras portuguesas.

Palavras-Chave: Psicologia positiva; Funcionamento psicológico positivo; bem-estar psicológico; avaliação psicológica.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 116 - MINDCRAFT: INTERVENÇÃO PSICOPEDAGÓGICA O PARA A PROMOÇÃO DA AUTORREGULAÇÃO, DO BEM-ESTAR SOCIOEMOCIONAL E DOS HÁBITOS DE ESTUDO EM ALUNOS DO 2.º CICLO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Educação

Marisa Lima[1], Mónica Cristina Nogueira Soares[1], Patrícia de Oliveira Ribeiro[1]

[1]Escola Superior de Educação de Paula Frassinetti

Os contextos educativos contemporâneos enfrentam desafios persistentes relacionados com o insucesso escolar, a desmotivação para a aprendizagem e dificuldades ao nível da autorregulação emocional e comportamental, particularmente evidentes durante as transições entre ciclos de ensino (Sowík et al., 2021; Sundelin et al., 2023). Neste contexto, foi desenvolvido o projeto MINDCRAFT, com o objetivo de promover competências de estudo, autorregulação da aprendizagem e ajustamento socioemocional em alunos do 5.º e 6.º anos de escolaridade. Inspirado em metodologias ativas e elementos do jogo Minecraft, o programa assenta numa abordagem preventiva e multicontextual, envolvendo alunos, professores e encarregados de educação, e promovendo o envolvimento, a autonomia e a aprendizagem significativa. A avaliação do programa tem seguido uma metodologia mista, integrando medidas quantitativas e qualitativas recolhidas em diferentes momentos e contextos de implementação. Ao nível quantitativo, foram utilizados instrumentos de autorrelato, incluindo o Questionário de Autoavaliação dos Fatores de Risco do Aluno (AFRA) (Miguel et al., 2013) e um questionário de hábitos de estudo, aplicados em momentos pré e pós-intervenção. De forma geral, os resultados apontam para melhorias em dimensões socioemocionais e académicas, nomeadamente ao nível da autorregulação, comportamento, autoeficácia académica e hábitos de estudo, embora com variações associadas ao ano de escolaridade e ao contexto de aplicação (Greenberg et al., 2003; Yeager, 2017). A componente qualitativa, baseada no feedback de alunos, professores e encarregados de educação, evidencia níveis elevados de envolvimento e perceção de utilidade do programa, bem como a relevância de intervenções estruturadas no apoio às transições escolares. São igualmente identificadas áreas de melhoria, incluindo o reforço da componente prática e o aumento do envolvimento parental, em linha com perspetivas sociológicas do insucesso escolar (Beltrán & Beltrán, 2023). No seu conjunto, os resultados sugerem que o MINDCRAFT constitui uma abordagem promissora e adaptável à promoção integrada de competências socioemocionais e académicas, contribuindo para trajetórias escolares mais autónomas, motivadas e ajustadas em diferentes contextos educativos.

Palavras-Chave: Autorregulação; Hábitos estudo; Funções executivas; Bem-estar socioemocional

PO 119 - MAIS FORTES JUNTOS: O IMPACTO DO MENTORADO E DA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL NA TRANSIÇÃO PARA O ENSINO SUPERIOR

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Educação



Paula Paulino[1], Sara Ibérico Nogueira[2], Mariana Claro[3]

[1]1HEI-Lab: Digital Human-Environment Interaction Lab, School of Psychology and Life Sciences, Lusófona University, Lisbon, Portugal / Center for Research on Psychological Science (CICPPSI), Faculty of Psychology of the University of Lisbon, Portugal, [2]School of Psychology and Life Sciences, Lusófona University, Lisbon, Portugal, [3]School of Psychology and Life Sciences, Lusófona University, Lisbon

A adaptação ao ensino superior (AES) é um processo multidimensional que envolve desafios académicos, sociais e emocionais. A literatura tem evidenciado o papel dos recursos pessoais, como a inteligência emocional (IE) e de recursos institucionais e interpessoais, nomeadamente os programas de mentorado (PM), para uma integração bem-sucedida. Este estudo explorou um modelo de mediação paralela moderada, examinando se o florescimento e a ansiedade medeiam a relação entre IE e AES, e se o PM modera os efeitos dos mediadores. Participaram 90 estudantes do 1.º ano de Psicologia (*M* = 19.39, *DP* = 5.09), sendo que 55,6% integraram o PM na qualidade de mentorandos. Foram aplicadas medidas de IE, florescimento, ansiedade e AES. Os resultados revelaram que o florescimento medeia positivamente a relação entre IE e AES (*b* = 7.77, BootSE = 3.26, 95% CI [1.46, 14.29]). Por sua vez, a ansiedade medeia negativamente essa relação (*b* = 4.04, BootSE = 1.93, 95% CI [0.74, 8.34]). Verificou-se ainda que o programa de mentorado (PM) modera a relação entre florescimento e AES, sendo o efeito do florescimento mais forte para os estudantes que frequentaram o PM (Index = 9.59, BootSE = 3.54, 95% CI [3.26, 17.24]). Por outro lado, não se verificou mediação moderada para a ansiedade. Os resultados destacam que o PM actua como um amplificador de recursos positivos, potenciando o impacto do florescimento na AES, mas não regula factores negativos, como a ansiedade. O estudo reforça a importância de integrar intervenções institucionais de natureza interpessoal, como o mentorado, que promovam competências emocionais e bem-estar, maximizando o potencial adaptativo dos estudantes no início do percurso universitário.

Palavras-Chave: Adaptação ao Ensino Superior, Inteligência Emocional, Florescimento, Ansiedade, Programas de Mentorado.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 124 - THROUGH CHILDREN´S MINDS: UNDERSTANDING SCHOOL READINESS AND THE TRANSITION TO PRIMARY SCHOOL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Educação



Leonor Bobião[1], Carla Martins[2], Natália Fernandes[3]

[1]Universidade do Minho, [2]Centro de Investigação em Psicologia da Universidade do Minho, [3]Centro de Investigação em Estudos da Criança da Universidade do Minho

Developmental readiness for school has become an increasingly prominent concept in research. While initially grounded in a maturational perspective, it is now more commonly framed within an ecological and relational approach that considers the multiple contexts influencing children's readiness for school. The present study aims to explore the perspectives of 11 preschool-age children regarding their transition to primary school. The findings, derived from a mixed qualitative analysis, suggest that children perceive entry into primary school as both a change in their environment and an opportunity to acquire new knowledge. This research contributes to a more comprehensive understanding of developmental readiness for school by foregrounding children's voices on matters that directly concern them and emphasising their role as active citizens in the construction of educational meaning.

Palavras-Chave: qualitative research , socioemotional competences , children , developmental readiness for school

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 128 - A RELAÇÃO ENTRE A PERCEÇÃO DOS DOCENTES ACERCA DA INDISCIPLINA EM SALA DE AULA, AS CRENÇAS DE AUTOEFICÁCIA , RESILIÊNCIA E COMPROMISSO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Educação

Catarina Gonçalves[1]

[1]ISPA

O presente estudo teve como objetivo analisar as relações entre as perceções dos professores acerca da indisciplina em sala de aula, as suas crenças de autoeficácia na gestão do comportamento, a resiliência profissional e o compromisso com a profissão docente.
Participaram 818 professores do ensino básico ao ensino secundário, que responderam a um questionário online composto por duas partes: uma para recolha de dados sociodemográficos e outra com quatro instrumentos que avaliaram as variáveis em estudo.
Os resultados indicaram que professores com maior perceção de resiliência tendem a apresentar crenças mais elevadas de autoeficácia na gestão do comportamento. Verificou-se também que níveis mais altos de autoeficácia se associam a um maior compromisso com a profissão docente. Além disso, a perceção da frequência de comportamentos indisciplinados relaciona-se negativamente com as crenças de autoeficácia, a resiliência e o compromisso profissional: quanto maior a perceção de indisciplina, mais baixas tendem a ser essas variáveis.
Adicionalmente, os professores do terceiro ciclo percecionaram mais frequentemente comportamentos de indisciplina em comparação com os dos outros níveis de ensino. Por outro lado, os anos de serviço docente não demonstraram uma relação estatisticamente significativa com as crenças de autoeficácia na gestão do comportamento.
Concluiu-se que uma maior perceção de comportamentos indisciplinados está associada a níveis mais baixos de autoeficácia, resiliência e compromisso profissional. Este estudo contribui para o conhecimento acerca da problemática da indisciplina escolar, destacando a importância de promover ambientes educativos mais saudáveis e eficazes.

Palavras-Chave: Indisciplina escolar; crenças de autoeficácia; perceção de resiliência e compromisso docente.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 140 - VALIDAÇÃO DE UM INSTRUMENTO DE SCREENING RISCO DE ABANDONO NO ENSINO SUPERIOR: EVIDÊNCIAS DO CONTEXTO VENEZUELANO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Educação

Diego García-Álvarez[1], Joana R. Casanova[2], Leandro S. Almeida[2]

[1]Universidad Metropolitana. Caracas, Venezuela., [2]Universidade do Minho, Portugal

O abandono no Ensino Superior é um fenómeno complexo, multicausal e gradual, resultante da ponderação entre as exigências e os benefícios da frequência académica. A identificação precoce de estudantes em risco exige instrumentos de rastreio breves, fiáveis e eficazes. Esta comunicação apresenta uma investigação original no contexto da Venezuela, centrada na adaptação e validação do instrumento de rastreio de risco de abandono desenvolvido em Portugal por Casanova et al. (2021), composto por três dimensões: Exaustão Académica, Satisfação com a Formação e Intenção de Abandono. Participaram no estudo 579 estudantes universitários venezuelanos (M = 19,5 anos; 55% do sexo feminino). A estrutura fatorial e preditiva do instrumento foi analisada por meio de Análise Fatorial Confirmatória e Modelação de Equações Estruturais, com recurso ao estimador *Weighted Least Squares Mean and Variance-adjusted* (WLSMV), adequado a escalas ordinais do tipo Likert. Os resultados evidenciaram um bom ajustamento global do modelo (CFI = .99; TLI = .99; RMSEA = .047; SRMR = .029). Todas as cargas fatoriais foram significativas ($p < .001$), confirmando a validade de construto. Observaram-se também índices robustos de fiabilidade e validade convergente nas três escalas. A Exaustão Académica revelou-se o preditor mais forte da Intenção de Abandono ($\beta = .667$, $p < .001$), enquanto a Satisfação com a Formação surgiu como fator protetor significativo ($\beta = -.262$, $p < .001$). Verificou-se ainda uma correlação negativa entre Exaustão Académica e Satisfação com a Formação. Este estudo constitui a primeira evidência de validade do instrumento no contexto venezuelano. Futuramente, pretende-se desenvolver estudos de invariância e comparações transculturais que permitam alargar o conhecimento sobre este tipo de instrumentos e sobre o fenómeno do abandono em diferentes países, reforçando a utilidade de sistemas de monitorização contínua para prevenir o abandono e promover a retenção no Ensino Superior.

Palavras-Chave: Ensino Superior , Abandono Académico , Avaliação Psicológica , Validação

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 172 - PSICÓLOGOS NO ENSINO SUPERIOR EM PORTUGAL: PRÁTICAS E PERSPECTIVAS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Educação

Leandro S. Almeida[1], Claisy Marinho-Araujo[2], Leonardo Vieira Nunes[2], Célia Figueira[3]



[1]Universidade do Minho, [2]Universidade de Brasília, [3]Universidade de Lisboa

A educação superior tem sido foco de políticas em Portugal, nas últimas décadas, as quais pretendem favorecer o acesso, a inclusão, a permanência e o sucesso académico de grupos estudantis mais diferenciados e, sobretudo, de grupos tradicionalmente excluídos deste nível de ensino. Após a pandemia, estas preocupações ampliaram-se tomando também por referência a promoção do bem-estar psicológico e a saúde mental dos estudantes. Neste contexto aumentaram substancialmente os serviços e as áreas de intervenção psicológica, com um consequente incremento no número de psicólogos contratados. Com esta comunicação pretendemos analisar a atuação dos psicólogos em exercício de funções no ensino superior, tomando as respostas a um questionário de questões fechadas e abertas descritivas das suas atividades e preocupações. Os resultados deste primeiro estudo exploratório, tomando 27 respondentes de instituições públicas (universidades e politécnicos), sugerem que os psicólogos realizam consultas psicológicas e atendimentos individualizados a estudantes, tendencialmente numa perspectiva remediativa, ao mesmo tempo que outros, ou então cumulativamente, desenvolvem ações preventivas e coletivas, tanto no apoio a estudantes, como a docentes e lideranças, de forma institucional e global. Estes resultados podem configurar um processo de transição no campo de atuação, com diversificadas modalidades de intervenção dos Psicólogos no Ensino Superior, mais preventivas e coletivas, tomando o bem-estar, a inclusão e o sucesso académico como principais focos da sua intervenção. Espera-se que pesquisas futuras ampliem a auscultação dos psicólogos no ensino superior sobre a sua atuação, perfil e competências, visando legislação, políticas públicas e mediações no desenvolvimento psicológico de vários atores, considerando, especialmente, a perspectiva institucional da intervenção psicológica numa atenção às mudanças sociopolíticas e à diversidade de composição do corpo estudantil.

Palavras-Chave: Psicologia escolar , Serviços de Psicologia , Ensino superior , Diversidade estudantil

PO 178 - WHY SLEEP MATTERS FOR ACADEMIC ACHIEVEMENT IN THE FIRST YEAR OF UNIVERSITY: A SCOPING REVIEW

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Educação

Diana R. Pereira[1]

[1]University of Minho

The transition from high school to university is a critical period characterized by major academic, social, and lifestyle changes, placing first-year students at increased risk of academic difficulties and disengagement. Academic achievement during the first year is a key indicator of later success and retention. Among the multiple factors influencing student health and persistence, sleep is a particularly relevant and modifiable factor; however, evidence regarding its role in first-year academic achievement remains fragmented. Following PRISMA guidelines for scoping reviews, a systematic search identified 19 records, corresponding to 20 unique studies published between 2014 and 2026. Included studies examined associations between multiple sleep dimensions (e.g., sleep duration, sleep timing, sleep quality, sleep problems, daytime sleepiness, chronotype) and academic outcomes (e.g., grade point average - GPA, course performance, study credits, academic adjustment, dropout-related indicators). Overall, shorter sleep duration, particularly sleeping fewer than 6–7 hours per night, was frequently associated with poorer academic achievement, including lower GPA and reduced assessment performance. Several studies reported non-linear associations, suggesting that both insufficient and excessive sleep may be linked to worse outcomes. Findings for sleep quality were heterogeneous: while some studies found no direct associations with academic performance, others showed that poorer global sleep quality predicted lower GPA, including longitudinally, and that this relationship was moderated by depressive symptoms or mediated by affective processes. Sleep problems and chronic sleep deprivation consistently emerged as strong predictors of lower GPA, increased course withdrawal, fewer earned credits, and reduced likelihood of graduation, often with effects comparable to or stronger than other health-related risk behaviors. Evidence for daytime sleepiness was mixed. Regarding circadian factors, an evening chronotype was generally associated with poorer academic performance and adjustment, although null findings were also reported. Overall, sleep duration, sleep problems, and chronotype appear particularly salient for academic achievement during the first year of university. These findings highlight sleep as a key target for early assessment and preventive interventions to support academic success and retention during the transition to higher education.

Palavras-Chave: Sleep , Academic achievement , First year university students , Scoping review

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 192 - PROMOÇÃO DA AUTONOMIA E DA MOTIVAÇÃO PARA A APRENDIZAGEM EM CRIANÇAS E JOVENS ATRAVÉS DA CIÊNCIA CIDADÃ: OS PRIMEIROS DOIS ANOS DO PROJETO ATHENE

Tipo: Poster



Tema: Psicologia da Educação

Catarina Leitão[1], Rita Campos[1], Cláudia Carvalho[1]

[1]Centro de Estudos Sociais da Universidade de Coimbra

O fraco desempenho escolar pode resultar, entre outros fatores, de baixos níveis de envolvimento dos/as alunos/as nos processos de ensino-aprendizagem. Neste contexto, a Ciência Cidadã surge como uma metodologia promissora na promoção do seu envolvimento ativo e, consequentemente, na promoção de competências para o sucesso escolar. O projeto ATHENE assenta nos princípios da Ciência Social Cidadã, reunindo alunos/as, professores/as e investigadores/as no desenvolvimento colaborativo de projetos e conteúdos curriculares. O principal objetivo do projeto é promover a autonomia e a motivação para a aprendizagem dos/as alunos/as.

Durante o ano letivo 2024/2025, participaram 329 alunos/as de 18 turmas (1.º, 2.º e 3.º ciclos e ensino secundário), de cinco Agrupamentos de Escolas da CIM-Região de Coimbra. No mesmo ano, foram realizadas 78 sessões colaborativas, em pequeno e grande grupo, com o apoio dos/as professores/as e da equipa do projeto. Nas sessões, os/as alunos/as desenvolveram microprojetos de investigação, desde a formulação de perguntas de investigação até à análise de dados e comunicação de resultados. Os temas abordados incluíram, entre outros, sustentabilidade, literacia financeira e interculturalidade.

Relativamente a 2024/2025, a avaliação do impacto do projeto incluiu grupos focais com os/as alunos/as e professores/as participantes. Os dados recolhidos foram analisados através de análise de conteúdo, seguindo uma abordagem indutiva. Os resultados indicaram benefícios ao nível do aumento do conhecimento sobre os temas investigados e o processo de investigação científica, autonomia e motivação para a aprendizagem, e competências interpessoais.

No ano letivo 2025/2026, as sessões colaborativas continuaram com as mesmas 18 turmas. Os respetivos resultados da avaliação do impacto serão apresentados durante a presente comunicação.

Os resultados obtidos apoiam o potencial do ATHENE enquanto ferramenta metodológica promotora do envolvimento dos/as alunos/as nos processos de ensino-aprendizagem. O projeto alinha-se com os recentes apelos à reconfiguração das escolas como ecossistemas colaborativos, procurando contribuir para a formação de comunidades de aprendizagem inclusivas e participativas.

Palavras-Chave: ciência cidadã, inovação pedagógica, aprendizagem, autonomia

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 194 - A PREVENÇÃO É O MELHOR REMÉDIO: PROGRAMA DE GESTÃO DE STRESS EM JOVENS ESTUDANTES!

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Educação

Ana Peixoto[1], Patrícia Sousa[2], Rui Gomes[3]

[1]Escola Secundária de Caldas das Taipas, Guimarães, [2]Associação de Psicologia da Universidade do Minho, Braga, [3]Universidade do Minho, Escola de Psicologia, Braga



A promoção de competências de gestão de stress em contexto escolar constitui uma estratégia fundamental de prevenção e de promoção da saúde mental em adolescentes, face às crescentes exigências académicas, sociais e emocionais vivenciadas ao longo do ensino secundário. Neste contexto, a presente comunicação oral apresenta o programa **Cuida-te: Sou Pro●Stress!**, uma intervenção psicopedagógica estruturada, implementada em contexto escolar, dirigida a alunos do ensino secundário, envolvendo igualmente professores e pais.

O programa tem como principal objetivo o desenvolvimento da competência de gestão de stress, visando o aumento do bem-estar psicológico e a adoção de estratégias mais adaptativas perante situações de stress. Fundamenta-se no Modelo da Eficácia das Competências de Vida, que conceptualiza a aprendizagem de competências como um processo organizado em quatro fases sequenciais: motivação, aprendizagem, automatização e generalização.

A intervenção baseia-se no programa Pro●Stress e pretende capacitar os alunos para identificar os fatores que podem desencadear uma reação de stress, compreender o papel da avaliação cognitiva na gestão do stress, reconhecer as reações associadas ao stress e formular planos de gestão de stress ajustados às situações vivenciadas.

As sessões combinam momentos de exposição teórica com atividades práticas desenvolvidas em contexto de sala de aula, incluindo análise de situações do quotidiano escolar, resolução de problemas, simulações, role-play e atividades lúdicas, promovendo a participação ativa dos alunos e a transferência das aprendizagens para contextos reais.

Numa fase final, os participantes são orientados para a elaboração de um plano individual de gestão de stress aplicado a uma situação previamente identificada como stressante. A comunicação descreve, assim, os fundamentos teóricos, a estrutura e as metodologias do **Cuida-te: Sou Pro●Stress!**, evidenciando o seu potencial enquanto intervenção preventiva e promotora de competências de vida em contexto educativo.

Palavras-Chave: gestão de stress , competências de vida , jovens , intervenção escolar

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 230 - APRENDIZAGENS PROFUNDAS E TRANSFERÍVEIS NO 1.ºANO DO ENSINO SUPERIOR: FATORES COGNITIVOS, MOTIVACIONAIS E EMOCIONAIS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Educação

Hélder Vale[1], Ana B. Bernardo[2], José Lencastre[1], Joana R. Casanova[1]

[1]Universidade do Minho, [2]Universidade de Oviedo

A promoção de aprendizagens profundas e transferíveis constitui um desafio central no ensino superior contemporâneo, particularmente num contexto marcado de crescente heterogeneidade estudantil e de exigência de competências aplicáveis a múltiplos contextos. A investigação tem evidenciado o papel central de fatores socioemocionais na aprendizagem, nomeadamente, a motivação intrínseca, a autoeficácia, e o envolvimento académico, consistentemente associados ao desempenho académico. Contudo, persistem limitações ao nível das intervenções e da integração, em contexto curricular, de dimensões cognitivas, motivacionais e emocionais. Os modelos teóricos clássicos das abordagens à

aprendizagem permitem caracterizar perfis de aprendizagem estudantis e a sua relação com o sucesso académico, mas tendem a apresentar um carácter descritivo e classificatório, com menor aplicabilidade nas práticas pedagógicas. Neste sentido, a presente comunicação apresenta um projeto de doutoramento que propõe estudar e promover estratégias de aprendizagem profundas e de transferência em estudantes do Ensino Superior, com base no modelo Skill-Will-Thrill de Hattie e Donoghue (2016), que conceptualiza a aprendizagem como um processo dinâmico que evolui de níveis superficiais, para níveis de compreensão profunda e transferência do conhecimento, integrando competências (Skill), motivação e esforço (Will) e envolvimento emocional (Thrill). Adotando uma metodologia mista, o estudo desenvolve-se em três fases: i) caracterização das abordagens à aprendizagem e variáveis associadas, numa amostra de estudantes; ii) exploração, através de grupos focais com docentes, de práticas pedagógicas promotoras de aprendizagem profunda e transferência; e iii) implementação de uma intervenção pedagógica em unidades curriculares do 1.º ano, co-construída com base no modelo teórico. Espera-se que o projeto contribua para uma compreensão integrada dos fatores que favorecem abordagens profundas à aprendizagem, bem como a identificação de práticas pedagógicas que promovam competências duradouras e transferíveis, com implicações para o sucesso académico e inovação pedagógica no ensino superior. O presente trabalho beneficia de financiamento FCT/2025.06015.BD.

Palavras-Chave: Ensino Superior; Abordagens à Aprendizagem; Motivação; Autoeficácia

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 272 - PROJETO "CRESCE(R) COMIGO" AVALIAÇÃO LONGITUDINAL DE UM PROGRAMA DE PROMOÇÃO DE COMPETÊNCIAS SOCIOEMOCIONAIS EM CONTEXTO TEIP

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Educação

Lourdes Aparecida Mota Barbosa[1], João Carlos Neves Marques[1], Patrícia Isabel Branco Granito[1]

[1]Escola Secundária Camarate

O Gabinete de Apoio ao Aluno da Escola Secundária de Camarate, integrada em contexto TEIP, desenvolveu o programa de intervenção psicológica Cresce(r) Comigo, atualmente no segundo ano de um estudo longitudinal com duração prevista de três anos, a pedido da direção da escola.

Objetivo: Avaliar a eficácia de um programa estruturado de promoção de competências socioemocionais em alunos do 7.º e 10.º anos, analisando o impacto ao nível da empatia, autoconceito e ajustamento emocional e comportamental.

Método: Estudo quasi-experimental com grupo experimental e grupo de controlo (7.ºB e 10.ºC), envolvendo aproximadamente 200 alunos (cerca de 100 do 7.º ano e 100 do 10.º ano). A intervenção decorre em contexto de Assembleia de Turma, em articulação com os Diretores de Turma, ao longo de cerca de 25 sessões, recorrendo a metodologias ativas (e.g., debate, role-playing, teatralização, análise de narrativas). São aplicados pré e pós-testes em cada ano letivo, utilizando a Escala de Avaliação de Empatia (Veiga), a Nova Escala de Autoconceito (PHCSCS-2; Veiga) e o Questionário de Autoavaliação para Jovens – Short Version 12-21 (Cruz, Narciso, Pereira & Sampaio).

Resultados esperados: Antecipam-se melhorias nas dimensões de empatia, autoconceito e ajustamento emocional e comportamental nos alunos do grupo experimental, comparativamente ao grupo de controlo.



Conclusão: Este estudo poderá contribuir para a validação de programas de intervenção psicológica em contexto escolar, particularmente em meios TEIP, destacando o potencial de abordagens estruturadas e longitudinais na promoção da saúde mental e do desenvolvimento socioemocional em contexto educativo.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 308 - PROGRAMA DE PREVENÇÃO DA VIOLÊNCIA NO NAMORO "LAÇOS+SAUDÁVEIS" E AS PERCEÇÕES JUVENIS SOBRE CONTROLO, CONSENTIMENTO E DIVERSIDADE LGBTQIA+

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Educação

Inês Maria Gonçalves Carvalho[1], Natividade de Sá Couto Pereira[2], Daniela Joana Magalhães Monteiro da Silva[3], Mariana Adelaide Vieira Gonçalves Costa[4], Maria Benedita de Castro Vasconcelos de Aguiar Chaboceau[5]

[1]Instituto Renascer - Associação de Desenvolvimento Social, [2]Centro de Investigação em Psicologia da Universidade do Minho, [3]Universidade Aberta e Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, [4]Departamento de Psicologia Aplicada da Universidade do Minho, [5]Cooperativa de Solidariedade Social e Educação (COOPEDUFORMA)

A violência no namoro constitui um relevante problema de saúde pública e um potencial precursor da violência conjugal. A literatura tem sublinhado a importância de programas de prevenção primária, em contexto escolar, orientados para a promoção de relações saudáveis e para a redução de comportamentos violentos entre jovens, prevenindo a sua continuidade na vida adulta. Neste sentido, surgiu o programa "Laços+Saudáveis", que visa promover relações interpessoais saudáveis e não violentas, prevenir comportamentos violentos e reforçar a igualdade de género. Estruturado em 8 sessões de 90 minutos, o programa aborda temas como relações saudáveis, desconstrução de mitos e estereótipos, identificação dos diferentes tipos de violência no namoro, dinâmicas digitais e comportamentos online, consentimento e competências de reconhecimento emocional, autorregulação e comunicação assertiva.

O presente estudo teve como objetivo analisar crenças e significados presentes nos discursos dos jovens sobre dinâmicas de controlo nas relações afetivas, consentimento e diversidade LGBTQIA+. Recorreu-se a uma abordagem qualitativa de natureza interpretativa, com base na análise de reflexões escritas produzidas por 106 jovens, de diferentes nacionalidades, com idades entre os 15 e os 20 anos, de quatro escolas da região Norte de Portugal, após as sessões do programa. Os dados foram analisados através de análise de conteúdo, segundo as etapas de pré-análise, codificação, categorização e

interpretação, com recurso a uma grelha de códigos construída a priori e refinada a posteriori.

Os principais resultados evidenciam: i) persistência de crenças legitimadoras da violência, que normalizam o controlo como expressão de amor, cuidado ou preocupação, sobretudo em contexto digital; ii) dificuldades na compreensão do consentimento, a par da persistência de discursos que refletem a objetificação da mulher como forma de satisfação das necessidades masculinas; iii) diferenças entre litoral e interior, nomeadamente na aceitação de relações homoafetivas e da diversidade em matéria de orientação sexual e identidade de género. Os resultados reforçam a necessidade de desconstruir crenças legitimadoras da violência e normas de género desiguais, desenvolver a literacia afetivo-sexual, promover o respeito pela diversidade em matéria de orientação sexual e identidade de género e reforçar competências críticas orientadas para relações interpessoais assentes na igualdade, no respeito mútuo e na autonomia.

Palavras-Chave: Violência no Namoro , Adolescência , Prevenção , Contexto Escolar

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 314 - DESAFIOS DA SAÚDE MENTAL NO ENSINO SUPERIOR: IMPLEMENTAÇÃO DE UM GABINETE APOIO AO ESTUDANTE

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Educação

Marisa da Conceição Lima[1], Mónica Cristina Nogueira Soares[1], Júlia Filipa Moreira Ferreira[1]

[1]Escola Superior de Educação de Paula Frassinetti

A saúde mental no ensino superior tem vindo a ser alvo de atenção crescente devido ao aumento de sinais de sofrimento psicológico entre estudantes do ensino superior (Silva et al., 2024). Estudos recentes registam a presença de sintomas de ansiedade e depressão, stresse associado às exigências académicas e dificuldades de adaptação à vida académica, com efeitos no rendimento, na permanência no curso e na perceção de bem-estar (Fonte & Macedo, 2020). Esta realidade exige respostas institucionais baseadas em dados empíricos, com acesso regular, critérios definidos e articulação com as condições concretas da vida académica (ACCES, 2023; Caicedo, 2023). O presente trabalho descreve a criação e a implementação de um Gabinete de Apoio ao Estudante numa instituição de ensino superior privada no Norte de Portugal. O serviço foi pensado para responder a necessidades de natureza psicológica e académica que surgem no decurso do percurso académico. A sua organização seguiu um modelo multinível (Bean & Lillenstein, 2012), com medidas universais, seletivas e intensivas. Esta opção

resultou de uma avaliação sistemática das necessidades da população estudantil e da definição de linhas de atuação centradas na prevenção, na intervenção precoce e no acompanhamento do bem-estar psicológico. Os dados preliminares de monitorização e o feedback recolhido junto da comunidade académica, apontam para uma adesão elevada ao serviço e para mudanças percebidas no bem-estar académico. Mantêm-se, ainda assim, dificuldades ligadas ao acesso, à continuidade das respostas e ao aumento da procura. Estes elementos parecem demonstrar a necessidade de consolidar este tipo de estruturas e de alargar a sua capacidade de resposta e de garantir a sua estabilidade no ensino superior. Quando estes serviços existem com continuidade, enquadramento institucional e critérios de funcionamento claros, podem reduzir o intervalo entre a identificação do mal-estar e a procura de ajuda, apoiar a permanência no percurso académico e responder de forma mais ajustada às necessidades dos estudantes (OPP, 2015).

Palavras-Chave: Saúde mental no ensino superior; Stress académico; Intervenção multinível; Literacia em saúde mental

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 323 - DO GRIT À GARRA: VALIDAÇÃO DA VERSÃO ESPANHOLA (8 ITENS) DA ESCALA DE AVALIAÇÃO DA GARRA: VERSÃO INTERNACIONAL EM LÍNGUA PORTUGUESA EM UNIVERSITÁRIOS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Educação

Diego García-Álvarez[1]

[1]Universidad Metropolitana. Caracas, Venezuela.

O grit é um construto de personalidade que se refere à capacidade de manter esforço e interesse sustentado em metas de longo prazo (Duckworth et al., 2007). Noronha e Almeida (2022) desenvolveram a Escala de Avaliação da Garra: Versão Internacional em Língua Portuguesa (EAGrit-LP), com 12 itens numa amostra internacional de estudantes universitários brasileiros e portugueses. O objetivo deste estudo instrumental psicométrico foi examinar a estrutura fatorial e a fidedignidade da versão em espanhol da EAGrit-LP-R (8 itens; Noronha et al., 2024) em estudantes universitários venezuelanos. A amostra incluiu 546 universitários (54,8% mulheres, 45,2% homens; M_idade = 19,5 anos, DP = 2,3), maioritariamente em adultez emergente. Utilizou-se amostragem não probabilística por conveniência, com participação voluntária e informada. Realizou-se uma Análise Fatorial Confirmatória (AFC) com o estimador robusto WLSMV para dados ordinais no Jamovi 2.3.28. O modelo bidimensional original (Consistência de Interesses e Perseverança do Esforço) apresentou excelentes índices de ajuste: CFI = .992, TLI = .987, SRMR = .042, χ^2/gl = 1.31. As cargas fatoriais foram elevadas (.77-.90), indicando forte validade de construto. A consistência interna foi sólida (ω total = .89; ω1 = .85; ω2 = .87), com validade convergente adequada. Estes resultados confirmam a estrutura bidimensional da EAGrit-LP-R em universitários venezuelanos, replicando o modelo português. Investigações futuras poderão explorar a sua invariância transcultural em contextos ibero-americanos. O instrumento é válido e fidedigno para a psicologia educacional na Venezuela, facilitando avaliações psicológicas em estudantes universitários dada a relação documentada do grit com o rendimiento académico, saúde mental e bem-estar.

Palavras-Chave: Grit , EAGrit-LP-R , psicometria , estudantes universitários

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 324 - REFRAMING SUPPORT FOR MULTILINGUAL LEARNERS: INTERVENTION BEFORE IDENTIFICATION

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Educação

Fernanda Dasilva[1]

[1]Intelligo Assessments

Supporting multilingual learners (MLs) requires proactive, culturally responsive interventions that promote language development and academic access prior to formal psychological evaluation. This presentation focuses on evidence-based supports that can be implemented within general education settings to improve outcomes for MLs and reduce premature or inappropriate referrals to special education.

We will begin by briefly reviewing key principles of second-language acquisition, including stages of development and the distinction between Basic Interpersonal Communicative Skills (BICS) and Cognitive Academic Language Proficiency (CALP). This framework will guide understanding of typical language development and inform the design of appropriate early supports.

The presentation will then explore tiered, preventative intervention approaches within a multi-tiered support framework. Emphasis will be placed on culturally and linguistically responsive strategies adaptable across contexts, including scaffolding techniques, explicit language instruction, multimodal teaching, structured peer interaction, and classroom accommodations that increase access to grade-level content without reducing cognitive demand.

While examples will draw in part from U.S. frameworks, the strategies presented are intended to be transferable across diverse educational contexts. The session will emphasize how strong foundational supports can reduce bias in referral processes and ensure that intervention, rather than evaluation, is the first response to academic concern.

This presentation aims to equip school psychologists with practical, flexible tools to support multilingual learners through preventative, instructionally grounded, and culturally responsive practices.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 352 - UMA UNIVERSIDADE FEITA POR TODOS E PARA TODOS: UMA ANÁLISE DE CLUSTERS SOBRE O SENTIMENTO DE COMUNIDADE ACADÉMICA EM ESTUDANTES DO ENSINO SUPERIOR

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Educação



Francisco Queirós[1], Teresa Pereira[1], Filipe Loureiro[1], Maria João Vargas Moniz[1]

[1]Ispa - Instituto Universitário

A transição e a permanência no ensino superior (ES) geram várias mudanças e expetativas nas diferentes áreas da vida de estudantes, pelo que as instituições de ensino superior (IES) enfrentam o desafio de refletirem sobre os currícula, o campus e as políticas institucionais. A integração de estudantes na comunidade académica revela-se essencial para o seu desenvolvimento pessoal, académico e profissional. O Projeto "UNI_R: Resposta Integrada na Promoção da Saúde Mental no Ensino Superior" surge enquanto uma tentativa de reflexão conjunta (entre estudantes, docentes, investigadores e técnicos) sobre a potencialização estratégias nos processos de ensino-aprendizagem que promovam o bem-estar e a saúde mental da comunidade estudantil. O presente estudo tem o objetivo de verificar as diferenças nos níveis de bem-estar e de dificuldades antecipadas no ES em perfis de sentimento de comunidade de estudantes de uma IES. Foram recolhidas as respostas de 1085 estudantes de uma IES portuguesa, durante o primeiro semestre de aulas (setembro a dezembro) do ano letivo de 2024/2025. As respostas foram recolhidas através do Q_BEES 24/25 que incluía os instrumentos de autorelato Sense of Community Index (Chavis et al., 1990), Clinical Outcome in Routine Evaluation – Outcome Measure (Evans et al., 2002) e Dificuldades Académicas no Ensino Superior (Araújo et al., 2016). Foram calculados, através de um método não hierárquico, 4 perfis de sentimento de comunidade (Baixo, Médio-Baixo, Médio-Alto e Alto) com base nos domínios definidos por McMillan & Chavis (1986). Através de uma análise descritiva, verificou-se que a caracterização dos perfis varia sobretudo ao nível dos ciclos de estudo. Através de análises de variância unifatorial, verificou-se que os perfis de estudantes com maior sentimento de comunidade apresentavam melhores índices de bem-estar psicológico e menores dificuldades antecipadas no ES. Os resultados salientam que os sintomas psicológicos e as características pessoais (e.g., género, idade, nacionais), sociais (e.g., pertencer a um grupo descriminado) e contextuais (e.g., ciclo de estudos, curso) dos estudantes não afetam o seu sentimento de comunidade, ao contrário das dificuldades antecipadas no ES e o ciclo de estudos. Os resultados realçam a importância de métodos de investigação centrados nos participantes e sugerem o desenvolvimento de iniciativas pelas IES que promovam a inclusão dos estudantes na sua globalidade e ao longo dos vários ciclos de estudo.

Palavras-Chave: Ensino Superior , Sentimento de Comunidade , Bem-Estar , Dificuldades Antecipadas no Ensino Superior

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 358 - SAÚDE PSICOLÓGICA E BEM-ESTAR PARA ESTUDANTES DE MEDICINA EM PROJETOS DE VOLUNTARIADO INTERNACIONAL: RELATO DE UMA INTERVENÇÃO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Educação

Joana Casanova[1], Ana Oliveira[2]

[1]Universidade do Minho, [2]INEM - Instituto Nacional de Emergência Médica

A participação em projetos de voluntariado internacional constitui uma oportunidade de desenvolvimento pessoal e profissional para estudantes de medicina, mas envolve igualmente exposição a situações emocionalmente exigentes, eventos potencialmente traumáticos e desafios de adaptação cultural. Em resposta a estas necessidades, em 2022 desenvolveu-se uma intervenção psicológica dirigida aos

estudantes de medicina envolvidos nos projetos de voluntariado internacional em países africanos, promovidos pela Associação de Voluntariado Porta Nova da Escola de Medicina da Universidade do Minho. Integrada num processo de preparação mais alargado, esta intervenção incide na preparação psicológica para a experiência internacional, promovendo competências de autocuidado, gestão de situações de crise e apoio entre pares. A intervenção tem como objetivos: i) preparar os estudantes para lidar com as exigências emocionais e psicológicas associadas ao trabalho em contextos humanitários e/ou de crise; ii) desenvolver competências de intervenção na crise e de primeiros socorros psicológicos; iii) promover estratégias de autocuidado, coping e apoio entre pares; e iv) facilitar a readaptação (choque reverso) e integração da experiência após o regresso, em termos pessoais e profissionais. Implementada anualmente junto de 10 estudantes participantes, organiza-se em três momentos: antes da partida, durante a estadia internacional e após o regresso, assumindo uma abordagem participativa, com exposição teórica, análise de relatos e vídeos e prática simulada. Assim, apresenta-se a intervenção e os principais resultados, nomeadamente a elevada adesão dos estudantes e a perceção de utilidade da intervenção no reconhecimento de sinais de sofrimento psicológico, na gestão de situações emocionalmente exigentes e apoio de colegas. No regresso, emergem sentimentos de frustração, preocupação com as pessoas e comunidades com quem contactaram. Paralelamente, salientam a relevância da experiência para o seu desenvolvimento pessoal, para a construção da identidade profissional e para uma maior consciência das desigualdades e dos limites da intervenção em saúde. Esta iniciativa constitui uma experiência relevante de promoção da saúde psicológica em estudantes envolvidos em voluntariado internacional, destacando a importância de intervenções estruturadas, continuadas e centradas na preparação psicológica, no treino de competências, no acompanhamento, no autocuidado e no apoio entre pares.

Palavras-Chave: voluntariado internacional , primeiros socorros psicológicos , autocuidado , apoio de pares

PO 364 - LITERACIA AMBIENTAL NO ENSINO SUPERIOR: ESTUDO EXPLORATÓRIO COM ESTUDANTES DE 1º ANO DA UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Educação

Mariana Ribeiro Pinto[1], Sandra Carina Machado Guimarães[1], Rafael Abrantes Silva[1]

[1]Universidade da Beira Interior

A promoção da literacia ambiental constitui um desafio central para as instituições de ensino superior, enquanto contextos privilegiados de formação académica, científica e cidadã. Para além da transmissão de conhecimentos técnicos, o ensino superior desempenha um papel fundamental no desenvolvimento de atitudes, valores e competências que capacitem os estudantes a compreender e a intervir de forma responsável nas questões ambientais. Neste enquadramento, torna-se relevante analisar os níveis de literacia ambiental com que os estudantes ingressam no ensino superior, de modo a refletir sobre o contributo da escolaridade obrigatória e a identificar oportunidades de intervenção educativa ao longo do percurso académico. O presente estudo tem como objetivo avaliar a literacia ambiental de estudantes do 1.º ano da Universidade da Beira Interior, procurando caracterizar o nível de conhecimentos, atitudes e comportamentos relacionados com o ambiente no momento de transição para o ensino superior. Participam estudantes de diferentes áreas

científicas, aos quais é aplicado um questionário de literacia ambiental. São consideradas variáveis sociodemográficas e académicas, nomeadamente o género, a nacionalidade e o curso frequentado, bem como experiências prévias e atuais relacionadas com o ambiente, incluindo a participação em atividades ambientais no ensino secundário, a pertença a organizações ambientais, o conhecimento e a participação em iniciativas de educação ambiental promovidas pela Universidade da Beira Interior. São igualmente analisadas perceções subjetivas relativas ao conhecimento ambiental percecionado e à importância atribuída às questões ambientais. Espera-se que os resultados revelem níveis moderados de literacia ambiental, com variações associadas às variáveis em estudo, refletindo diferentes percursos educativos e níveis de envolvimento com temáticas ambientais. Estes resultados poderão contribuir para a reflexão sobre o papel do ensino superior na consolidação da literacia ambiental, sublinhando a importância de estratégias educativas e institucionais que promovam a participação ativa dos estudantes e reforcem a educação ambiental desde o início do percurso académico.

Palavras-Chave: Literacia ambiental; educação ambiental; ensino superior; transição para o ensino superior.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 372 - UNI_R BOX: INVESTIGAÇÃO-AÇÃO PARTICIPATIVA COM ESTUDANTES NA PROMOÇÃO DO BEM-ESTAR E DA SAÚDE MENTAL NO ENSINO SUPERIOR

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Educação

Mariana Silva Ferreira[1], Inês Marcos[1], Francisco Queirós[1], Teresa Pereira[1], Lara Barradas[1], Rosa Briz[1], Mariana Esteves[1], Matilde Guerreiro[1], Daniela Primoroso[1], Catarina Ruas[1], Maria João Vargas Moniz[1]

[1]Ispa - Instituto Universitário

O processo de transição para o ensino superior (ES) acarreta uma série de desafios na vida académica e pessoal dos estudantes, sendo que o seu empoderamento e envolvimento na comunidade académica promove o desenvolvimento de competências e rede de apoios interpares essenciais para colmatar estes desafios. O projeto “UNI_R: Resposta Integrada na Promoção da Saúde Mental no Ensino Superior”, visa refletir conjuntamente sobre as práticas de ensino-aprendizagem, o empoderamento estudantil na instituição de ensino superior (IES) e o seu impacto no bem-estar dos estudantes. Neste sentido, as UNI_R BOXes consistiram numa iniciativa para recolher propostas de atividades por parte dos estudantes de uma IES, promovendo o seu envolvimento ativo no desenvolvimento das atividades submetidas. O desenvolvimento desta iniciativa envolveu a participação ativa de estudantes, através de encontros semanais de 1 hora. Foram estabelecidos o formato das UNI_R_BOXes, a sua distribuição, a organização do questionário e a estratégia de divulgação. Foram colocadas quatro UNI_R_BOXes nas instalações da IES. Ao lado de cada UNI_R_BOX encontrava-se disponível um formulário em papel destinado à submissão de propostas, constituído por um consentimento informado e um questionário. De fevereiro a maio de 2025, foram submetidas 87 propostas de atividades pelos estudantes de vários ciclos de estudo e cursos da IES. As sugestões recolhidas foram categorizadas da seguinte forma: inovação pedagógica, participação ativa na universidade e na comunidade, suporte interpares, formação específica e/ou

avançada, desenvolvimento artístico e cultural, desporto e atividade física, desenvolvimento científico. A área com maior taxa de resposta foi a formação específica ou avançada (21.8%), demonstrando o interesse dos estudantes em aprofundar competências e conhecimentos para o seu percurso académico e profissional. Quanto ao envolvimento na implementação das atividades, 35.6% demonstraram interesse em participar de forma pontual, enquanto 13.8% demonstraram interesse em participar de forma contínua no planeamento das atividades e integrar a equipa do projeto UNI_R. Os resultados evidenciam o interesse dos estudantes por atividades que aprofundem os seus conhecimentos e desenvolvam competências essenciais para o seu aproveitamento académico e a sua integração no mercado de trabalho, assim como a intenção de participarem mais ativamente no desenvolvimento e implementação de iniciativas na sua IES.

Palavras-Chave: Empowerment , Ensino Superior , Bem-Estar , Investigação-Ação Participativa

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 387 - O QUE NOS DIZEM AS FOTOGRAFIAS? INOVAR A NOSSA VISÃO DE BEM-ESTAR NO ENSINO SUPERIOR

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Educação

Teresa Pereira[1], Francisco Queirós[1], Inês Marcos[1], Maria João Vargas Moniz[1]

[1]Ispa - Instituto Universitário

O presente estudo tem como objetivo explorar de que forma estudantes do ensino superior percecionam, representam e avaliam o seu próprio bem-estar, através de uma abordagem de métodos mistos. Com base no *photovoice*, enquadrado na *Participatory Action Research*, esta investigação procura captar dimensões subjetivas e contextuais do bem-estar estudantil que poderão não emergir através de métodos tradicionais de autorrelato.

Apesar de a literatura reconhecer o *photovoice* como uma metodologia promotora de processos de investigação mais inclusivos e participativos (Delgado, 2015), no contexto do ensino superior esta continua a ser pouco explorada (Wass et al., 2020).

A recolha de dados encontra-se em curso e, até ao momento, a amostra é constituída por 301 estudantes de instituições de ensino superior portuguesas, com uma média de idades de 22,82 anos (*DP* = 6,46), provenientes de 14 faculdades diferentes. Relativamente ao género, 73,9% identificam-se como feminino, 16,1% como masculino e 1,8% como não-binário.

Os dados foram recolhidos através de um questionário *online* constituído por questões sociodemográficas, pela *Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale* (Tennant et al., 2007), que avalia o bem-estar mental positivo, e por uma componente de *photovoice*, onde os participantes submetem uma imagem representativa do seu bem-estar no contexto académico, acompanhada de uma breve descrição e justificação.

No âmbito da Semana da Ciência e Tecnologia (Ciência Viva), foi ainda realizado um *focus group*, intitulado “O que nos dizem as fotografias? Inovar a nossa visão de bem-estar no ensino superior”, com o objetivo de promover a reflexão coletiva de algumas das imagens e respetivas descrições.

A análise temática permitiu identificar cinco categorias promotoras de bem-estar no ensino superior, com base na literatura (Cunha et al., 2018; Oyarzún-Gómez & de la Pava, 2020; Wass et al., 2020). Após a conclusão da recolha de dados, será conduzida uma ANOVA unifatorial para comparar níveis de bem-estar psicológico entre grupos definidos por variáveis sociodemográficas e categorias emergentes.

O *photovoice* surge como um meio capacitador, permitindo aos próprios estudantes expressar visualmente e articular as suas experiências de bem-estar no ensino superior (Hopper et al., 2024), contribuindo para o desenvolvimento de conhecimento que possa informar práticas e políticas institucionais orientadas para a promoção do bem-estar académico.

Palavras-Chave: photovoice , bem-estar , estudantes , ensino superior

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 392 - O TRANSPORTE DE CRIANÇAS NAS COSTAS E O STRESS PARENTAL ESTUDO EXPLORATÓRIO EM CABO VERDE

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Educação

Olívia de Carvalho[1], Adérito Lopes[2], João Pascoinho[3]

[1]UNIVERSIDADE PORTUCALENSE - INSTITUTO JURIDICO PORTUCALENSE; INSTITUTO EUROPEU DE ESTUDOS SUPERIORES, [2]Escola Portuguesa de Cabo Verde, [3]Instituto Europeu de Estudos Superiores

O estudo explora a relação entre a prática de transportar crianças nas costas, o stress parental e a satisfação no exercício da parentalidade, com foco na intervenção precoce e no desenvolvimento infantil. A pesquisa destaca que o transporte de crianças nas costas, uma prática culturalmente enraizada, pode ter impactos positivos tanto no desenvolvimento da criança quanto no bem-estar dos pais. O enquadramento teórico, enfatiza que esta prática promove a proximidade física e emocional entre mãe e filho, fortalecendo as ligações afetivas e reduzindo o stress parental ao proporcionar uma sensação de controle e conexão. Além disso, a proximidade constante facilita o desenvolvimento cognitivo, emocional e motor da criança, expondo-a a estímulos sensoriais e promovendo interações mais afetuosas. O estudo empírico foi realizado com um grupo de 34 mães cabo-verdianas às quais foram aplicados três questionários: a Escala de Preocupações Parentais (Algarvio, Leal & Maroco, 2009) a Escala de Stress Parental (Berry & Jones, 1995; adaptada por Mixão, Leal & Maroco, 2007) e a Escala de Satisfação Parental (Halverson & Duke, 1991), adaptada por Martins, Maroco & Leal, 2007). Os resultados revelaram que as mães que transportam os seus filhos nas costas tendem a experienciar níveis mais baixos de stress e preocupações parentais, bem como maior satisfação no exercício da parentalidade. Embora as diferenças não tenham sido estatisticamente significativas, os resultados sugerem uma tendência positiva associada a essa prática. Adicionalmente, observou-se que as mães mais jovens e com menor nível de escolaridade tendem a relatar maior stress relacionado à falta de controlo, enquanto as mães com ensino superior apresentaram maiores níveis de medo em relação ao desenvolvimento dos filhos. O estudo evidencia a importância de integrar práticas culturais, como o transporte de crianças nas costas, em programas de Intervenção Precoce, especialmente em contextos de vulnerabilidade. Essa prática não só promove o desenvolvimento saudável da criança, mas também contribui para o bem-estar emocional dos pais, reduzindo o stress e aumentando a satisfação no exercício da parentalidade.



Palavras-Chave: Parentalidade Positiva: Vinculação; Sress Parental; Educação Parental

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 430 - O QUE É O BEM-ESTAR E A SAÚDE MENTAL NO ENSINO SUPERIOR? UM ESTUDO EXPLORATÓRIO COM INVESTIGAÇÃO-AÇÃO PARTICIPATIVA DE UMA COMUNIDADE ACADÉMICA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Educação

Afonso Gonçalves[1], Tiago Paiva[1], Inês Marcos[1], Francisco Queirós[1], Maria Teresa Pereira[1], Maria João Vargas Moniz[1]

[1]Ispa - Instituto Universitário

O ensino superior (ES) caracteriza-se por uma fase marcada por novas mudanças e desafios, sendo necessário compreender a perspetiva da comunidade académica, nomeadamente dos estudantes, para delinear iniciativas que promovam o bem-estar e a saúde mental no ES (Gilani & Thomas, 2025). Estudos recentes têm demonstrado a importância de refletir sobre o bem-estar académico, salientando que a promoção do bem-estar e da saúde mental não se reduz apenas à ausência de psicopatologia. Procurar integrar elementos promotores de bem-estar e saúde mental nas instituições de ensino superior (IES) constitui um fator protetor fundamental para o ajustamento académico e saúde mental duradouro (Liu & Sun, 2025). O projeto “UNI_R: Resposta Integrada na Promoção da Saúde Mental no Ensino Superior” pretende refletir conjuntamente sobre as práticas de ensino-aprendizagem e o seu impacto no bem-estar e na saúde mental dos estudantes. Contudo, têm sido considerados maioritariamente instrumentos quantitativos de resposta fechada, em detrimento de métodos qualitativos que permitam captar a diversidade de perspectivas e de fatores promotores de bem-estar, como é o caso do método collage. O presente estudo de natureza exploratória, procurou compreender os fatores promotores de bem-estar e saúde mental na comunidade académica de uma IES. No Dia Mundial da Saúde Mental, foram recolhidas 117 respostas sobre bem-estar e 95 respostas sobre saúde mental. Os participantes responderam às questões "O que é para ti o bem-estar?" e “O que é para ti a saúde mental?” num mural disponível a toda a comunidade, através de post-its, material de escrita e recortes de revistas. Posteriormente foi aplicado um questionário de auto-relato com algumas dimensões da Youth Experience Survey 2.0 (Hansen & Larson, 2005). As respostas foram codificadas e categorizadas por 5 juízes, tendo em consideração o conteúdo e os materiais utilizados nas respostas. A análise das 212 respostas permitiu identificar categorias de fatores promotores de bem-estar e saúde mental relacionadas com as relações sociais, realizações pessoais, contacto com a natureza, lazer e autonomia. Os resultados evidenciam a capacidade da comunidade académica ser capaz de reconhecer fatores promotores de bem-estar e de saúde mental no ES, sugerindo que as IES deveriam captar, de forma dinâmica e criativa, as perspetivas da sua comunidade e implementar iniciativas mais ecológicas considerando as necessidades destacadas pela comunidade académica.

Palavras-Chave: Ensino Superior , Bem-estar , Investigação-ação Participativa , Saúde mental

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 93 - INTERPARENTAL VIOLENCE AND ALEXITHYMIA IN ADULTHOOD: DIFFERENCES BETWEEN VICTIMS AND NON-VICTIMS

Tipo: Poster



Tema: Psicologia da Justiça

Ana Piteira[1], Ana Martins[1], Catarina Guerreiro[1], Jorge Cardoso[2], Telma C. Almeida[2]

[1]Egas Moniz School of Health and Science, [2]Egas Moniz Centre for Interdisciplinary Research (CiiEM); Egas Moniz School of Health & Science

Witnessing interparental violence is recognized as an adverse childhood experience with potential long-term effects on mental health. Exposure to interparental violence during infancy is linked to an increased risk of depressive symptoms, suicidal ideation, and suicide attempts among both men and women. Moreover, interparental violence has been shown to predict alexithymia in adulthood, which is associated with greater difficulty identifying and describing one's own emotions. The present study aims to analyze differences in alexithymia between Portuguese adults who were exposed to interparental violence in childhood and those who have not experienced such victimization. The sample comprised 370 Portuguese adults (271 women and 89 men) aged 18 to 78 years, of whom 80 (21.6%) reported exposure to interparental violence in childhood. Most participants were single in both the victims of interparental violence (61.3%) and the non-victims (64.8%) samples. Regarding educational level, most participants in the victim sample (47.5%) and the non-victims' sample (44.1%) completed secondary education. The participants completed an online sociodemographic questionnaire, a Victimization Checklist, and the Toronto Alexithymia Scale (TAS). Independent-samples t-tests were performed to assess differences between victims and non-victims. The results revealed that victims of interparental violence showed higher TAS scores, greater difficulty identifying feelings, and more externally oriented thinking than non-victims. Individuals who experienced interparental violence during childhood tend to use maladaptive emotion regulation strategies, such as expressive suppression, a pattern commonly observed among individuals with high levels of alexithymia. Since alexithymia appears to be associated with maladaptive emotion regulation processes, it is important to understand these mechanisms to develop intervention strategies for those who have experienced childhood adversity.

Palavras-Chave: Interparental violence , Alexithymia , Adults , Victims

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 145 - RECURSOS PROTETORES E ADAPTAÇÃO PSICOLÓGICA EM DÍADES CRIANÇA/ADOLESCENTE-CUIDADORA EXPOSTAS À VIOLÊNCIA DOMÉSTICA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Justiça

Virgínia Alves[1], Mariana Gonçalves[2]

[1]Universidade do Minho, [2]Escola de Psicologia da Universidade do Minho

A violência doméstica (VD) associa-se a impactos na saúde mental e no funcionamento psicossocial de crianças/adolescentes e cuidadoras. Contudo, estes efeitos não são uniformes, sugerindo que recursos protetores podem contribuir para trajetórias de adaptação distintas. A literatura tem destacado o papel da resiliência, do suporte social e das competências socioemocionais na atenuação da sintomatologia e na promoção de uma melhor adaptação após a exposição à violência. Este estudo

analisou as associações entre recursos protetores e indicadores de adaptação psicológica em díades criança/adolescente-cuidadora expostas à VD.

A amostra incluiu 56 díades recrutadas em serviços portugueses de apoio a vítimas de VD. Nas crianças/adolescentes, foram avaliados fatores de resiliência, consciência emocional, dificuldades psicossociais e sintomatologia traumática. Nas cuidadoras, foram avaliados fatores de resiliência, competências socioemocionais, *distress* psicológico e sintomatologia traumática. Foram realizadas análises descritivas e correlacionais.

Os resultados sugerem que vários recursos protetores se associaram a indicadores mais favoráveis de adaptação psicológica em ambos os grupos. Nas crianças/adolescentes, os fatores de resiliência associaram-se a menos dificuldades psicossociais ($r = -.49$, $p < .001$) e menos sintomas de perturbação da auto-organização (DSO; $r = -.45$, $p < .001$), destacando-se a rede de apoio, negativamente correlacionada com as dificuldades psicossociais ($r = -.52$, $p < .001$) e os sintomas de DSO ($r = -.54$, $p < .001$). A consciência emocional associou-se a menos dificuldades psicossociais ($r = -.48$, $p < .001$) e menos sintomas de DSO ($r = -.46$, $p < .001$). Nas cuidadoras, os fatores de resiliência associaram-se a menor *distress* psicológico ($r = -.45$, $p = .003$) e menos sintomas de DSO ($r = -.65$, $p < .001$). As competências socioemocionais associaram-se a menor *distress* psicológico ($r = -.42$, $p = .005$) e menos sintomas de DSO ($r = -.59$, $p < .001$), destacando-se a autogestão e motivação, associadas a menor *distress* ($r = -.55$, $p < .001$) e menos sintomas de DSO ($r = -.64$, $p < .001$).

Estes resultados sublinham a relevância de abordagens ecológicas, informadas pelo trauma e sensíveis à fase desenvolvimental na avaliação e intervenção com díades expostas à VD. Para além da sintomatologia, importa identificar e fortalecer recursos protetores individuais, relacionais e comunitários que apoiem processos de adaptação psicológica.

Palavras-Chave: violência doméstica , recursos protetores , sintomatologia traumática , adaptação psicológica

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 152 - VIOLÊNCIA SEXUAL NAS RELAÇÕES DE INTIMIDADE, VITIMAÇÃO CUMULATIVA E SINTOMATOLOGIA TRAUMÁTICA EM MULHERES ADULTAS: RESULTADOS PRELIMINARES

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Justiça



Cristiana Santos[1], Ângela Maia[1], Mariana Gonçalves[1]

[1]Escola de Psicologia da Universidade do Minho

A violência sexual nas relações de intimidade (VSRI) tem vindo a ser reconhecida como uma forma distinta e particularmente grave de violência nas relações de intimidade (VRI), frequentemente ocorrendo em simultâneo com outras formas de vitimação. Contudo, a evidência empírica sobre o seu contributo específico para o impacto psicológico permanece limitada, particularmente em Portugal. Este estudo teve como objetivo examinar o impacto psicológico da VSRI em mulheres adultas com história de VRI, considerando padrões cumulativos de vitimação e a sua associação com sintomatologia relacionada com o trauma.

Participaram 65 mulheres, com idades entre os 20 e os 63 anos (M = 40.36, DP = 11.11), com história de VRI. Foram utilizadas medidas de autorrelato para avaliar experiências adversas ao longo da vida (EALV), VSRI, coerção reprodutiva, sintomatologia psicológica geral, perturbação de stress pós-traumático (PSPT), perturbação da auto-organização (PAO) e perturbação de stress pós-traumático complexo (cPSPT).

Das participantes, 40 (61.5%) reportaram pelo menos uma experiência de VSRI. Entre estas, apenas cinco (12.5%) reportaram uma única forma de VSRI, enquanto a maioria reportou múltiplas formas (M = 4.02, DP = 3.74). A VSRI correlacionou-se positivamente com o número de formas de VRI (r = .34, p = .010), com o número de EALV (r = .43, p < .001) e com coerção reprodutiva (r = .56, p < .001). A VSRI apresentou associações significativas com sintomas de PSPT (r = .38, p = .005), PAO (r = .33, p = .017), cPSPT (r = .37, p = .007), sintomatologia psicológica geral (r = .30, p = .028), nomeadamente na dimensão de somatização (r = .32, p = .021). As regressões hierárquicas indicaram que a VSRI se manteve como preditor significativo dos sintomas de PSPT (β = .30, p = .045) e de cPSPT (β = .28, p = .048), mesmo após o controlo da idade e de outras formas de VRI. Relativamente às PAO, o modelo revelou-se significativo, mas o contributo da VSRI foi apenas marginal (β = .25, p = .074). A VSRI não se revelou um preditor significativo da sintomatologia psicológica geral.

Os resultados preliminares suportam a conceptualização da VSRI como parte de um padrão de impacto cumulativo, caracterizado pela coocorrência de múltiplas formas de vitimação e pelo seu contributo específico para o impacto traumático. Estes resultados sublinham a importância de abordagens informadas pelo trauma que considerem simultaneamente a cumulatividade e a especificidade desta forma de violência.

Palavras-Chave: violência sexual nas relações de intimidade , impacto psicológico , impacto cumulativo , trauma

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 153 - LIFETIME INTERPERSONAL VICTIMIZATION AMONG LGBT+ INDIVIDUALS IN PORTUGAL: PREVALENCE, CUMULATIVE EXPOSURE, AND DEVELOPMENTAL PATTERNS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Justiça

Joana Neiva[1], Mariana Gonçalves[1]

[1]Universidade do Minho



Sexual and gender minorities (SGM) are disproportionately exposed to interpersonal violence across the life course. These experiences occur in multiple relational contexts and contribute to cumulative adversity. In Portugal, research examining the distribution and characteristics of victimization among LGBT+ populations remains limited. This study examined lifetime interpersonal victimization among LGBT+ individuals in Portugal, focusing on prevalence, cumulative exposure, perpetrator contexts, developmental timing, and differences across gender identity and sexual orientation groups. A cross-sectional, nonrepresentative sample of 377 LGBT+ adults aged 18 to 66 years completed an online survey that included the Questionnaire of Lifetime Adverse Experiences. Analyses comprised descriptive statistics, chi-square tests, and Kruskal–Wallis tests. High levels of victimization were observed across domains. Psychological victimization was highly prevalent across all groups (>85%), with no significant between-group differences. Significant differences by gender identity were found for threats involving weapons (p = .009), physical assault (p = .010), discrimination (p = .029), neglect (p < .001), unlawful confinement (p < .001), and exploitation (p = .035), with higher prevalence among binary and nonbinary trans participants. Differences across sexual orientation were observed for sexual coercion (p = .004), stalking (p = .017), and online hate speech (p = .019), with higher prevalence among bi/pan/queer participants and, in some cases, asexual participants. Participants reported substantial cumulative adversity (M = 5.61), with 70.8% reporting four or more adverse experiences. Perpetrators most frequently included known non-family, non-partner individuals, particularly peers, followed by strangers and family members, including parents. Patterns of onset suggested a developmental distribution, with earlier experiences occurring more often in family and close relational contexts, a concentration of victimization during adolescence, and more severe forms emerging at later stages. Interpersonal violence among LGBT+ individuals in Portugal appears to be widespread and cumulative. The findings also suggest meaningful differences across gender identity and sexual orientation groups, highlighting the importance of considering multiple relational contexts and developmental periods in research, prevention, and intervention.

Palavras-Chave: LGBT+ , victimization , polyvictimization , intersectionality

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 156 - CUMULATIVE ADVERSITY, RESILIENCE, AND POST-TRAUMATIC OUTCOMES IN AT-RISK ADOLESCENTS LIVING IN PORTUGAL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Justiça

Joana Isabel Baptista Bezerra de Matos[1], Mariana Gonçalves[1], Sara Carvalho[1]

[1]Centro de Investigação em Psicologia, Escola de Psicologia, Universidade do Minho (CIPsi-UMinho)

Background: Adolescents at-risk are disproportionately exposed to cumulative and chronic adversity. Traumatic stress and developmental trauma research indicate that such exposure is associated with complex and heterogeneous outcomes. Nevertheless, linear assumptions regarding psychopathology,

resilience, and post-traumatic growth continue to shape research and practice, often obscuring coexisting and non-uniform patterns of adaptation.

Objective: To identify patterns of association among trauma-related symptomatology, resilience, post-traumatic growth, and post-traumatic depreciation in at-risk adolescents living in residential care.

Method: The sample consisted of 150 adolescents, predominantly male. Face-to-face assessments were conducted by trained researchers. Participants completed self-report measures assessing exposure to adverse experiences (International Trauma Exposure Measure), trauma-related symptoms (International Trauma Questionnaire), resilience (Resilience Scale for Adolescents), post-traumatic growth, and post-traumatic depreciation. Descriptive and correlational analyses were performed.

Results: Adolescents reported high levels of cumulative adversity and clinically relevant trauma-related symptoms. Associations between symptomatology, resilience, and post-traumatic growth were non-linear, with indicators of resilience and positive post-traumatic change frequently co-occurring with significant distress rather than representing mutually exclusive outcomes. Post-traumatic depreciation was common and associated with cumulative adversity, often coexisting with both trauma-related symptoms and indicators of post-traumatic growth. Overall, findings reflected heterogeneous and domain-specific patterns of adaptation rather than uniform trajectories of recovery.

Conclusions: Findings challenge linear models of trauma outcomes in adolescents exposed to cumulative adversity. Assessment and intervention should explicitly recognize the coexistence of distress, adaptive capacities, and negative post-traumatic change, supporting developmentally sensitive and individualized care planning with implications for child protection and mental health services.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 160 - INTERGENERATIONAL IMPACT OF EXPOSURE TO DOMESTIC VIOLENCE: EFFECTS ON MENTAL HEALTH AND CAREGIVER-CHILD ATTACHMENT PROCESSES

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Justiça

Ana Beatriz Novais Andrade[1], Mariana Gonçalves[1]



[1]Centro de Investigação em Psicologia, Universidade do Minho

Exposure to domestic violence is a major risk factor for the mental health and emotional development of both caregivers and children, with potential implications for attachment processes and the intergenerational transmission of adversity. This study examined the associations between exposure to domestic violence, traumatic symptomatology, and perceived attachment in caregiver-child dyads, while exploring whether adverse experiences cluster across generations.

The sample comprised 56 dyads involving caregiver victims of domestic violence and their children/adolescents, all receiving support from child protection and victim support services. Caregivers had a mean age of 40 years (*SD* = 7.83), and children/adolescents had a mean age of 11 years (*SD* = 2.88). Analyses focused on adversity exposure, traumatic symptomatology, and caregiver and child reports of attachment-related and parenting processes.

Findings showed high levels of adversity exposure and elevated traumatic symptomatology across the sample, particularly among caregivers. Significant discrepancies emerged between caregiver and child perceptions of parenting styles, indicating divergent views of relational functioning within the dyad. A significant positive association was found between caregivers' adverse experiences in adulthood and children's adverse experiences in childhood, supporting an intergenerational pattern of cumulative adversity. Exposure to economic, psychological, and physical violence was associated with higher levels of traumatic symptoms among caregivers and with more positive caregiver-reported perceptions of maternal attachment, suggesting compensatory, defensive, or idealized representations of the caregiving bond in contexts of chronic trauma. Children's perceived emotional support was negatively correlated with all attachment dimensions reported by caregivers, pointing to a dissociation between caregivers' representations of what they provide and children's subjective experience of what they receive.

These findings highlight the relational complexity of dyads exposed to domestic violence and reinforce the relevance of multi-informant assessment strategies. The results support trauma-informed, dyad-centered interventions targeting both psychological distress and relational functioning to strengthen attachment security and interrupt intergenerational cycles of adversity and violence.

Palavras-Chave: Domestic Violence , Intergenerational transmission , Attachment , Caregiver-child dyads

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 169 - EXPERIÊNCIAS ADVERSAS AO LONGO DA VIDA, ABUSO DE SUBSTÂNCIAS E SAÚDE MENTAL DE PESSOAS INTEGRADAS EM COMUNIDADES TERAPÊUTICAS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Justiça

Luís Carlos Ferreira Costa[1], Mariana Gonçalves[1]

[1]Centro de Investigação em Psicologia da Universidade do Minho

O presente estudo analisou a associação entre experiências adversas ao longo da vida (EALV), saúde mental e comportamentos aditivos em pessoas integradas em comunidades terapêuticas para tratamento da dependência de substâncias. Procurou-se ainda examinar diferenças em função do género e testar o papel mediador da resiliência na relação entre adversidade cumulativa e gravidade sintomatológica.

Participaram 107 adultos em tratamento, 60 mulheres e 47 homens. Foram avaliados o historial de EALV, indicadores de sintomatologia psicológica, padrões de consumo e níveis de resiliência.

Os resultados mostraram que uma maior exposição a EALV se associou significativamente a níveis mais elevados de ansiedade, depressão, sintomatologia pós-traumática e gravidade psicopatológica global. Estes dados sustentam a hipótese de que a adversidade cumulativa constitui um fator de risco relevante para o agravamento do sofrimento psicológico em populações com trajetórias de consumo problemático de substâncias. As análises por género evidenciaram diferenças significativas: as mulheres relataram maior adversidade, mais sofrimento psicológico e consumo mais frequente de álcool, enquanto os homens apresentaram maior prevalência de consumo de drogas ilícitas. Este padrão sugere a necessidade de considerar especificidades de género na compreensão dos percursos de vulnerabilidade, na expressão do sofrimento e na definição de respostas terapêuticas diferenciadas. Verificou-se igualmente que a resiliência apresentou um efeito mediador significativo na relação entre EALV e gravidade sintomatológica, atenuando o impacto da adversidade na saúde mental. Este resultado reforça a relevância da resiliência enquanto recurso protetor em contextos de elevada vulnerabilidade psicossocial e clínica, sugerindo que o seu fortalecimento pode constituir um alvo terapêutico relevante. Em conjunto, os resultados sublinham a importância da avaliação sistemática das EALV em contextos de tratamento da dependência, bem como da integração de abordagens informadas pelo trauma. Destaca-se ainda a pertinência de intervenções orientadas para o fortalecimento da resiliência e para a promoção de estratégias de coping mais adaptativas, com potencial para reduzir a gravidade sintomatológica e favorecer processos de recuperação mais sustentados.

Palavras-Chave: experiências adversas ao longo da vida; consumo de substâncias; saúde mental; resiliência; comunidades terapêuticas.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 212 - RISK AND SAFETY OF CHILDREN AND YOUTH IN CHILD PROTECTION SYSTEMS: A SYSTEMATIC REVIEW OF RISK ASSESSMENT INSTRUMENTS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Justiça

Paulo Correia Silva[1]

[1]Universidade da Maia

Background: The volume of referrals concerning child abuse and neglect underscores the importance of systematic risk assessment to identify and analyse factors that increase its likelihood, enabling timely intervention (Brem & Forrester, 2023).
Objective: This systematic review examines actuarial risk assessment instruments employed in child protection systems and identifies the specific risk factors they evaluate.
Methods: A comprehensive search was conducted across PubMed, EBSCO, and Web of Science databases, supplemented by manual searches, following PRISMA guidelines. Methodological quality was assessed using the CCAT, and risk of bias was evaluated using the Joanna Briggs Institute (JBI) Critical Appraisal Tools. After screening 1585 records, 11 empirical studies published between 2009 and 2023 were included, covering 10 distinct risk assessment instruments applied in child welfare contexts in the United States, Spain, the Netherlands, and the United Kingdom.
Results: Findings highlight five key domains of risk factors commonly assessed: demographic and socioeconomic conditions, child-specific vulnerabilities, environmental influences, caregiver and family

dynamics, and prior abuse or neglect. Actuarial models demonstrated higher predictive validity and inter-rater reliability than consensus-based assessments, although their performance varied across cultural and socioeconomic contexts. Most instruments conceptualised maltreatment risk as a cumulative construct and did not consistently differentiate predictive performance by subtype (e.g., neglect, physical abuse, exposure to domestic violence). In addition, some sociodemographic predictors may reflect likelihood of child protection system involvement rather than confirmed maltreatment, requiring cautious interpretation. Overall, effective actuarial instruments integrate multiple domains, emphasise modifiable risk factors, and complement clinical judgment.
Conclusions: This review underscores the need for culturally responsive, empirically validated, and digitally accessible tools to support evidence-based decision-making and enhance child protection practices worldwide. Strengthening longitudinal validation and subtype-sensitive modelling may further improve precision and equity in risk assessment.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 219 - VICTIMS' PERCEPTIONS OF FORMAL SUPPORT SERVICES AFTER INTIMATE PARTNER VIOLENCE IN PORTUGAL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Justiça

Patricia Santos[1], Mariana Gonçalves[1]

[1]Universidade do Minho

Formal support services are a key component of institutional responses to intimate partner violence, yet limited research has examined how these services are experienced and evaluated by victims in Portugal. This study explored women's perceptions of formal support following intimate partner violence, with particular attention to pathways to service access, experiences of institutional response, perceived benefits and harms, and continuity of care after crisis intervention.
A qualitative design informed by Interpretative Phenomenological Analysis was adopted. Semi-structured interviews were conducted with nine women aged 27 to 68 years who had accessed services within the Portuguese National Support Network for Victims of Domestic Violence. All participants had formal victim status and had engaged with one or more support responses, including emergency accommodation, shelter-based care, psychosocial support, and legal assistance. Data were analyzed inductively to examine how participants made sense of institutional support within broader trajectories of safety, recovery, and reorientation after prolonged abuse.
Participants described formal support as a significant turning point, particularly in relation to immediate safety, emotional containment, practical stabilization, and access to legal and psychosocial resources. Support was often experienced as the first concrete interruption of violence and as a condition for restoring security, rest, and a minimal sense of control. At the same time, participants identified important shortcomings, including delayed awareness of available services, uneven quality of care, intrusive or disrespectful professional practices, inadequate material conditions in some residential settings, and limited continuity of support after leaving shelters. The transition out of residential services was frequently described as a period of renewed vulnerability, especially when legal, financial, and parenting difficulties remained unresolved.
The findings suggest that formal responses to intimate partner violence are experienced as mechanisms of protection, but also as relational and institutional processes that may either support or undermine dignity, recognition, and continuity of care. The study highlights the need for victim-informed, trauma-sensitive, and sustained support models that extend beyond crisis intervention and remain responsive to the longer temporalities of recovery.

Palavras-Chave: intimate partner violence,formal support services, victim perspectives,institutional response

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 302 - DA ADVERSIDADE INFANTIL À VULNERABILIDADE EMOCIONAL NA VIDA ADULTA: REGULAÇÃO EMOCIONAL, DEPRESSÃO E ANSIEDADE EM HOMENS PORTUGUESES CONDENADOS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Justiça

Joana Costa Fialho[1], Simone País Ferreira[1], Jorge Cardoso[2], Telma Catarina Almeida[2]

[1]Egas Moniz School of Health & Science, Caparica, Almada, Portugal, [2]Egas Moniz Center for Interdisciplinary Research (CiiEM); Egas Moniz School of Health & Science, Caparica, Almada, Portugal

Da Adversidade Infantil à Vulnerabilidade Emocional na Vida Adulta: Regulação Emocional, Depressão e Ansiedade em Homens Portugueses Condenados por Roubo ou Furto

A infância representa uma fase determinante no desenvolvimento psicológico e emocional. A evidência empírica tem demonstrado que as experiências adversas na infância (Adverse Childhood Experiences - ACEs) estão associadas a maior vulnerabilidade ao desenvolvimento de psicopatologia na idade adulta, nomeadamente sintomas depressivos e de ansiedade, bem como a dificuldades nos processos de regulação emocional.

O presente estudo teve como objetivos analisar a relação entre ACEs, dificuldades de regulação emocional e a sintomatologia de ansiedade e depressão, bem como identificar os preditores das dificuldades de regulação emocional, da ansiedade e da depressão. Para o efeito, uma amostra de 86 homens condenados por roubo ou furto, com idades compreendidas entre os 23 e os 84 anos, respondeu a um questionário sociodemográfico, à Escala de Experiências Adversas na Infância (ACEs), à Escala de Depressão, Ansiedade e Stress (DASS) e à Escala de Dificuldades na Regulação Emocional - versão curta (DERS-SF).

Os resultados evidenciam associações significativas entre ACEs, ansiedade, depressão e DRE. A ansiedade e a negligência emocional na infância emergiram como fatores preditores significativos das DRE. Por sua vez, o abuso sexual e a depressão predizem a ansiedade, enquanto o abuso físico e a ansiedade predizem a depressão.

Os resultados destacam a relevância da implementação de programas de educação emocional e de intervenção psicológica em contexto prisional, com o objetivo de mitigar os efeitos das ACEs e promover o desenvolvimento de competências de regulação emocional nesta população.

Resumo Completo (Ficheiro)



PO 325 - MITOS SOBRE VIOLÊNCIA SEXUAL CONTRA HOMENS: O PAPEL DAS ATITUDES DE GÉNERO E DA AMBIVALÊNCIA EM RELAÇÃO AOS HOMENS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Justiça

Mariana Pinto[1], Telma Sousa Almeida[1], Patrícia Oliveira Gonçalves[1]

[1]Ispa - Instituto Universitário

A violência sexual contra homens continua a ser atravessada por crenças sociais que dificultam o reconhecimento da vitimação masculina, favorecem a sua minimização e podem comprometer a resposta social, clínica e institucional dirigida a estas vítimas. Compreender os fatores atitudinais associados a estes mitos revela-se, por isso, particularmente importante. O presente estudo teve como objetivo analisar em que medida as atitudes face aos papéis de género e as dimensões da ambivalência em relação aos homens se associam a níveis mais elevados de mitos sobre violência sexual contra homens em adultos portugueses. Participaram 137 adultos da população portuguesa, com idades compreendidas entre os 18 e os 80 anos (M = 38.83; DP = 15.81), que responderam à Escala de Mitos sobre Violência Sexual contra Homens, à Escala de Atitudes face aos Papéis de Género, ao Inventário de Ambivalência em relação aos Homens e a uma medida de desejabilidade social. Os instrumentos apresentaram níveis de consistência interna bons a muito bons na presente amostra. As análises correlacionais indicaram que níveis mais elevados de mitos sobre violência sexual contra homens se associaram a atitudes menos igualitárias face aos papéis de género, a maior benevolência em relação aos homens, a maior desejabilidade social e a maior idade. Numa regressão linear hierárquica, após controlo da idade e da desejabilidade social, as atitudes menos igualitárias face aos papéis de género e a maior benevolência em relação aos homens mantiveram-se como preditores significativos de níveis mais elevados de mitos sobre violência sexual contra homens, enquanto a hostilidade em relação aos homens não revelou contributo incremental significativo. O modelo final explicou 39.2% da variância da variável dependente. Em conjunto, estes resultados sugerem que crenças aparentemente positivas ou protetoras acerca dos homens, articuladas com posições menos igualitárias relativamente aos papéis de género, poderão contribuir para a manutenção de ideias distorcidas sobre a violência sexual masculina. Estes dados reforçam a importância de integrar estas dimensões atitudinais em iniciativas de sensibilização, prevenção e formação.

Palavras-Chave: ambivalência em relação aos homens , violência sexual contra homens , mitos sobre violação , papéis de género

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 326 - RELAÇÃO ENTRE AS CRENÇAS LEGITIMADORAS DE VIOLÊNCIA CONJUGAL, AS DIMENSÕES DE EMPATIA E AS EXPERIÊNCIAS TRAUMÁTICAS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Justiça

Diana Leite[1], Beatriz Dias Almeida[1], Telma Sousa Almeida[1]

[1]Ispa - Instituto Universitário

A violência conjugal continua a ser sustentada, em parte, por crenças que a minimizam, justificam ou legitimam. A compreensão dos fatores psicológicos associados a estas crenças permanece, por isso,

particularmente relevante. O presente estudo teve como objetivo analisar a relação entre dimensões da empatia, experiências traumáticas na infância e crenças legitimadoras da violência conjugal em adultos portugueses, considerando o efeito da idade e da desejabilidade social. Participaram 175 adultos, com idades compreendidas entre os 18 e os 82 anos (M = 38.30; DP = 16.97), maioritariamente do sexo feminino e de nacionalidade portuguesa. Os participantes preencheram a Escala de Crenças sobre Violência Conjugal (ECVC), o Índice de Reatividade Interpessoal (IRI), o Childhood Trauma Questionnaire – Short Form (CTQ-SF) e a Escala de Desejabilidade Social de 20 itens (EDS-20). As medidas apresentaram níveis de consistência interna adequados a excelentes. As análises correlacionais revelaram que níveis mais elevados de crenças legitimadoras da violência conjugal se associaram a menor tomada de perspetiva, menor preocupação empática, menor fantasia, maior desejabilidade social e maior idade, não se observando associação com o trauma de infância global. Em regressão hierárquica, a idade emergiu como preditor positivo consistente. Em modelos separados, a tomada de perspetiva e a preocupação empática acrescentaram explicação significativa da variância das crenças legitimadoras da violência conjugal, mesmo após controlo da idade e da desejabilidade social, destacando-se a tomada de perspetiva como a dimensão mais robusta. Estes resultados sugerem que a empatia, em particular a capacidade de adotar a perspetiva do outro, poderá constituir um fator relevante na compreensão da legitimação cognitiva da violência conjugal. O estudo sublinha a pertinência de promover competências de perspetivação e sensibilidade interpessoal em estratégias de prevenção e educação.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 336 - ADOLESCENT SEXUAL OFFENDING PERPETRATION: A SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW OF ASSESSMENT MEASURES

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Justiça

Sofia Silva[1], Daniel Rijo[1], Nélio Brazão[1], Ricardo Barroso[2]

[1]Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitiva-Comportamental, [2]University of Porto

Sexually abusive behaviour (SAB) perpetration is a public health issue that is challenging to measure due to inconsistency in operationalisation. Validated tools could contribute to early recognition of adolescents who have engaged in such behaviour. We aimed to systematically assess self-report tools' measurement structure and properties that identify SAB perpetration among adolescents. The search strategy, selection criteria, data extraction, data analysis, and synthesis followed the PRISMA guidelines and PROSPERO 2021 registration CRD42025065306. Databases were searched until March 2026 and unlimited by language. The inclusion criteria included the assessment of SAB perpetration among adolescents with ages between 12 and 24 years in high school, by objective items and self-report tools. A total of 50 studies describing measures to assess SAB were included. Difficulties in the operationalisation of constructs which influenced the overlapping of behaviours, self-report, single items and psychometrics showed that more needs to be done. This review suggests the lack of validated instruments capable of capturing the various

forms of SAB perpetration among adolescents. Addressing this gap through the development of rigorous, developmentally appropriate assessment tools is essential for improving detection, informing prevention strategies, and guiding effective intervention.

Palavras-Chave: adolescents , sexually abusive behaviour , assessment , perpetration

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 340 - UNVEILING CYBERBULLYING PERPETRATION: WHAT ARE THE RISK FACTORS AT PLAY? A SYSTEMATIC REVIEW AND META-ANALYSIS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Justiça

Sofia Silva[1], Catarina Ferreira[1], Patrícia Figueiredo[2], Eduarda Ramião[3], Ricardo Barroso[3]

[1]Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitiva-Comportamental, [2]Universidade da Maia, [3]Universidade do Porto

Cyberbullying has been a common phenomenon among adolescents, which has been a topic of interest to understand the underlying mechanisms surrounding its perpetration. To have a better understanding of adolescents' engagement in cyberbullying perpetration (CBP), the following systematic literature review and meta-analysis was developed to identify and summarize associated risk factors. Following the PRISMA 2020 guidelines EBSCOhost, PubMed, and Web of Science databases were searched and identified 2971 references. The final sample included 66 studies, reporting data on CBP. It was found that sociodemographic characteristics, psychological characteristics, traits, moral disengagement, online disinhibition, self-control, emotional symptoms, coping strategies, interpersonal relationships, school, aggression, substance use, and ICT usage were considered risk factors for CBP. Meta-analytic data (n = 39) found that age, moral disengagement, aggression, and ICT usage are risk factors for CBP. This study provides crucial characteristics involving adolescent offenders of cyberbullying; interventions targeting these factors can be more effective and focused on the issue.

Palavras-Chave: cyberbullying , perpetration , adolescents , risk factors

Resumo Completo (Ficheiro)



PO 355 - ATITUDES FACE AOS PAPÉIS DE GÉNERO, SEXISMO AMBIVALENTE E ACEITAÇÃO DA VIOLÊNCIA SEXUAL: UM ESTUDO COM ADULTOS PORTUGUESES

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Justiça

Rita Rodrigues Antunes[1], Patrícia Oliveira Gonçalves[1], Telma Sousa Almeida[1]

[1]Ispa - Instituto Universitário

A violência sexual continua a ser enquadrada por crenças e atitudes socioculturais suscetíveis de favorecer a sua minimização, tolerância ou legitimação. Neste contexto, a análise do papel das atitudes de género e do sexismo ambivalente revela-se particularmente relevante. O presente estudo teve como objetivo analisar em que medida as atitudes face aos papéis de género e o sexismo ambivalente se associam à aceitação da violência sexual em adultos portugueses, controlando o efeito da desejabilidade social e da idade. Participaram 392 adultos, embora o número de casos válidos variasse entre análises em função da completude das respostas; entre os participantes com informação disponível para a idade, esta variou entre os 18 e os 73 anos (M = 31.15; DP = 13.23). Os participantes responderam à Escala de Crenças sobre Violência Sexual, à Escala de Atitudes face aos Papéis de Género, ao Ambivalent Sexism Inventory e a uma medida de desejabilidade social. Numa regressão linear hierárquica, após controlo da idade e da desejabilidade social, atitudes menos igualitárias face aos papéis de género e níveis mais elevados de sexismo ambivalente predisseram significativamente maior aceitação da violência sexual. A idade manteve igualmente um contributo significativo no modelo final, ao passo que a desejabilidade social não revelou contributo incremental significativo. O modelo final explicou 40.8% da variância da variável dependente. Estes resultados sugerem que a aceitação da violência sexual se associa de forma robusta a atitudes de género menos igualitárias e a formas mais amplas de sexismo, reforçando a importância de abordar estas crenças em estratégias de prevenção, sensibilização e educação.

Palavras-Chave: Violência sexual; Atitudes de género; Sexismo ambivalente; Aceitação da violência sexual

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 360 - EXPERIÊNCIAS DE CYBERBULLYING E SINTOMATOLOGIA PSICOLÓGICA EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS PORTUGUESES

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Justiça

Telma Sousa Almeida[1], Laura Oliveira[2], Álvaro Montes Campos[3]

[1]William James Center for Research, Ispa - Instituto Universitário, [2]Ispa - Instituto Universitário, [3]UNIVERSIDADE DE SANTIAGO DE COMPOSTELA

O *cyberbullying* em contexto universitário tem vindo a assumir crescente relevância, associando-se a diferentes indicadores de mal-estar psicológico. O presente estudo teve como objetivo analisar a associação entre experiências de *cyberbullying* e sintomatologia psicológica em estudantes universitários portugueses. Participaram 170 estudantes universitários portugueses, com idades compreendidas entre

os 18 e os 59 anos (*M* = 22.16; *DP* = 6.19), maioritariamente do sexo feminino. Os participantes preencheram um protocolo de autorresposta composto por um bloco de cibervitimação e pelo *Symptom Checklist-90-Revised* (SCL-90-R). Foram analisados o Índice Global de Severidade (GSI) e as dimensões de depressão, ansiedade, sensibilidade interpessoal e hostilidade. Os participantes foram distribuídos em dois grupos, consoante a presença ou ausência de experiências de *cyberbullying*. Os resultados indicaram que 57.1% dos participantes reportaram pelo menos uma experiência desta natureza. Entre os comportamentos mais frequentemente reportados destacaram-se a divulgação online de comentários ofensivos a terceiros, a exclusão em redes sociais ou chats e os insultos diretos através da internet ou do telemóvel. Comparativamente aos estudantes sem experiências de *cyberbullying*, os participantes com estas experiências apresentaram níveis significativamente mais elevados de sintomatologia psicológica global, depressão, ansiedade, sensibilidade interpessoal e hostilidade. As diferenças mais expressivas observaram-se na sintomatologia global, na sensibilidade interpessoal e na depressão. Estes resultados sugerem que experiências de *cyberbullying* poderão associar-se a maior vulnerabilidade psicológica em estudantes universitários, reforçando a importância da sua deteção precoce e prevenção em contexto académico.

Palavras-Chave: cyberbullying; estudantes universitários; sintomatologia psicológica; saúde mental

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 373 - O PAPEL DOS TRAÇOS DE PSICOPATIA E DO TRAUMA DE INFÂNCIA NAS CRENÇAS LEGITIMADORAS DA VIOLÊNCIA CONJUGAL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Justiça

Inês Leal Pereira[1], Beatriz Dias Almeida[1], Telma Sousa Almeida[1]

[1]Ispa - Instituto Universitário

A violência conjugal continua a ser acompanhada por crenças que a minimizam, justificam ou legitimam, tornando essencial compreender os fatores psicológicos associados à sua aceitação. O presente estudo teve como objetivo analisar em que medida o trauma de infância e os traços de psicopatia se associam a crenças legitimadoras da violência conjugal em adultos da comunidade, controlando o efeito da desejabilidade social. Participaram 225 adultos, com idades compreendidas entre os 18 e os 71 anos (M = 35.56; DP = 12.92), maioritariamente do sexo feminino e de nacionalidade portuguesa. Os participantes preencheram a Escala de Crenças sobre Violência Conjugal (ECVC), o Childhood Trauma Questionnaire – Short Form (CTQ-SF), a versão portuguesa do Levenson Self-Report Psychopathy Scale (LSRP-VP) e a Escala de Desejabilidade Social de 20 itens (EDS-20). As medidas apresentaram níveis de consistência interna adequados a excelentes. As análises correlacionais mostraram que níveis mais elevados de crenças legitimadoras da violência conjugal se associaram a maior trauma de infância, maior psicopatia primária e maior psicopatia secundária, sendo a associação mais forte observada com a psicopatia primária. Numa regressão hierárquica, a idade e a desejabilidade social explicaram uma proporção residual da variância. O trauma de infância acrescentou explicação significativa ao modelo numa fase intermédia, mas perdeu significância quando foram introduzidos os traços de psicopatia. No modelo final, a psicopatia primária e a psicopatia secundária emergiram como preditores significativos das crenças legitimadoras da violência conjugal, explicando o conjunto das variáveis 31.4% da variância total. Estes

resultados sugerem que os traços de psicopatia, particularmente a dimensão primária, poderão constituir um correlato mais robusto destas crenças do que o trauma de infância global. O estudo reforça a importância de considerar fatores disposicionais e cognitivos na compreensão da legitimação da violência conjugal.

Palavras-Chave: violência conjugal; crenças legitimadoras; psicopatia; trauma de infância

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 389 - PREVALENCE AND CONCENTRATION OF DELINQUENCY IN LATE ADOLESCENCE: FINDINGS FROM A PORTUGUESE BIRTH COHORT

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Justiça

Hugo S. Gomes[1]

[1]Instituto de Saúde Pública da Universidade do Porto

Delinquency in adolescence is widespread but unevenly distributed, with a small proportion of individuals accounting for a large share of offenses. These high-rate or chronic offenders tend to engage in more frequent, versatile, and serious forms of delinquency, including violence. Most evidence on this concentration comes from Anglo-Saxon countries, and less is known about whether similar patterns exist in Southern Europe. This study considers the prevalence, frequency, and distribution of delinquent behavior in a Portuguese birth cohort.
Data are drawn from the Generation XXI cohort, a prospective, population-based study in Porto, Portugal. Participants were followed from birth and assessed at age 18 using a self-report questionnaire covering violent, property, and other offenses. Analyses focus on lifetime and past-year prevalence, as well as the frequency and variety of offending. The distribution of delinquency is examined to assess its skewness and to identify distinct groups, including non-offenders, low-rate offenders, and high-rate offenders, with particular attention to the concentration of offending within a small subgroup.
Sex differences in prevalence, frequency, and type of offending are also examined, alongside the overlap between offense types to assess specialization versus versatility. In addition, associations between delinquency and key correlates (i.e., socioeconomic status, victimization, and peer delinquency) are explored.
The findings will provide a detailed description of adolescent delinquency in this cohort, including the extent to which offending is concentrated among high-rate offenders. Comparisons between offender groups will clarify whether high-rate offenders differ both quantitatively and qualitatively from others, and whether established patterns are replicated in this Southern European context. Overall, the study extends knowledge on the distribution and correlates of delinquency using longitudinal cohort data in late adolescence.

Palavras-Chave: Birth cohort , Generation XXI , Delinquency , Developmental Criminology

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 428 - CHILD SEXUAL ABUSE BY RELIGIOUS AUTHORITY FIGURES: A SCOPING REVIEW

Tipo: Poster



Tema: Psicologia da Justiça

Ana Loureiro de Lemos[1], Catarina Braz Ferreira[1], Daniel Rijo[1], Nélio Brazão[1], Ricardo Barroso[2]

[1]Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, [2]Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto

Child sexual abuse (CSA) by religious leaders has attracted growing scholarly and public interest, yet no study has synthesised risk and protective factors for perpetration, or abuse characteristics, across religious traditions worldwide. This scoping review fills that gap by mapping perpetration risk factors, protective factors, and abuse characteristics within multiple religious contexts. Following PRISMA-ScR guidelines, we searched seven databases (PsycINFO, MEDLINE Ultimate, Web of Science, Academic Search Complete, Scopus, Epistemonikos, and SocINDEX with Full Text) for peer-reviewed studies published in Portuguese, Spanish, French, and English, with no date restrictions. We additionally searched Google Scholar, ProQuest Dissertations and Theses, and targeted websites for grey literature. Searches were completed in March 2025, with a final update in November 2025. A total of 80 papers met the inclusion criteria, with publication years ranging from 1993 to 2025. Data were extracted and thematically analysed to address the review questions. Studies identified multiple risk and protective factors operating at various ecological levels (individual, situational, institutional, and sociocultural), as well as specific features related to CSA in religious institutions, with common patterns emerging across traditions. Studies remain largely focused on the Catholic church, reflecting the need for further inquiry into other religious traditions and denominations. We offer recommendations for future research.

Palavras-Chave: Child sexual abuse , Religious authority figures , Risk factors , Protective factors

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 64 - NOS BASTIDORES DA CP - SERVIÇO DE PSICOLOGIA CLÍNICA E SAÚDE OCUPACIONAL NOS COMBOIOS DE PORTUGAL: BOAS PRÁTICAS E INDICADORES

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Saúde Ocupacional

Diogo Gonçalves[1], Sónia Alexandra Pinote Bernardes[2]

[1]Ecosaúde Portugal, [2]ULSSJOSÉ

O serviço de Psicologia Clínica e da Saúde Ocupacional na CP – Comboios de Portugal, surge da necessidade em dar resposta aos desafios de uma organização pública do sector ferroviário, com elevada exposição a fatores de risco psicossocial cada vez mais emergentes e a eventos críticos.

Os trabalhadores da CP encontram-se sujeitos a exigências cognitivas e emocionais elevadas, trabalho por turnos, elevada responsabilidades e exposição a incidentes de potencial traumático (suicídios e violência), o que aumenta o risco de desenvolvimento de perturbações associadas ao stress ocupacional, fadiga, *burnout* e trauma.

Desde 2017, o serviço atua a nível nacional, integrado na medicina do trabalho da clínica Ecosaúde Portugal. Assegura uma abordagem multidisciplinar centrada na promoção da saúde mental, prevenção dos riscos psicossociais, intervenção em situações de crise e acompanhamento em saúde ocupacional.



Nos últimos nove anos, tem desenvolvido em colaboração com diferentes profissionais, integrando, atualmente, os seguintes domínios de atuação no âmbito da Psicologia Clínica: 1) Articulação no âmbito de exames médicos de admissão, periódicos e ocasionais 2) Intervenção em acidentes de trabalho 3) Linha de apoio psicológico

Em 2025, destacaram-se os seguintes indicadores:
– 100% trabalhadores em admissão avaliados, aquisição de literacia em saúde mental essenciais e estratégias de integração e desenvolvimento profissional;
– 3123 profissionais, realizaram rastreio em saúde mental, permitindo identificar situações de maior vulnerabilidade/risco e necessidades de acompanhamento ou apoio especializado;
– 100% dos profissionais encaminhados para consulta de psicologia após atropelamento ferroviário com acesso a apoio psicológico em crise e retoma progressiva ao trabalho;
– Resposta imediata de todos os trabalhadores que recorreram à linha de apoio psicológico, com resolução direta em 40% dos casos e encaminhamento nos restantes 60%.

Verifica-se com base nos indicadores que o contributo da Psicologia Ocupacional é essencial na monitorização e prevenção da saúde mental dos trabalhadores da CP. As suas diferentes modalidades de atuação, permitem dar uma resposta imediata, eficaz e sustentada nas diferentes problemáticas, prevenindo o absentismo e a inaptidão profissional, a par da contribuição para a construção de ambientes de trabalho seguros e saudáveis assegurando um melhor serviço ferroviário nacional.

Palavras-Chave: Sector Ferroviário, Prevenção de Burnout, Violência e Trauma, Psicólogo Clínico e da Saúde Ocupacional

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 86 - PERCEÇÃO DE MOBBING EM PROFISSIONAIS DE SAÚDE: RELAÇÕES COM O BEM-ESTAR PSICOLÓGICO E QUALIDADE DE VIDA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Saúde Ocupacional

Andreia Botelho[1], Liliana Mendes[2]

[1]Ano Júnior, [2]School of Psychology and Life Sciences, Universidade Lusófona (EPCV), Lisbon, Portugal

O ambiente hospitalar é marcado por exigências constantes e elevada intensidade emocional, fatores que podem favorecer a emergência de dinâmicas relacionais disfuncionais entre profissionais de saúde. Entre estas, destaca-se o *mobbing*, entendido como um padrão persistente de comportamentos hostis no local de trabalho, com impacto potencial na saúde psicológica dos trabalhadores. Este estudo, de natureza quantitativa e desenho transversal, teve como finalidade caracterizar a perceção de mobbing em profissionais de saúde e explorar a sua relação com indicadores de bem-estar psicológico e qualidade de vida, bem como com variáveis sociodemográficas e

profissionais. A amostra foi constituída por 161 participantes, incluindo auxiliares, enfermeiros, médicos e técnicos. A recolha de dados decorreu em formato online, recorrendo a um questionário sociodemográfico, à versão portuguesa do *Leymann Inventory of Psychological Terror* (LIPT-45-PV), ao *World Health Organization Quality of Life – Bref* (WHOQOL-BREF) e à Escala de Medida de Manifestação de Bem-Estar Psicológico (EMMBEP). Os resultados indicaram níveis globalmente baixos de *mobbing* (M = 11.81; DP = 15.66), embora tenham sido identificadas situações individuais com valores elevados (pontuação de 136). Considerando critérios que assumem a ocorrência de pelo menos um comportamento como indicador de *mobbing*, uma proporção significativa dos participantes poderá enquadrar-se nesta categoria. Apear disso, os profissionais evidenciaram, de forma geral, níveis positivos de qualidade de vida e bem-estar psicológico. Estes resultados sugerem que, mesmo em contextos onde a perceção global de *mobbing* é reduzida, a sua presença pontual não deve ser desvalorizada, dada a potencial influência no equilíbrio psicológico dos profissionais.

Palavras-Chave: mobbing; profissionais de saúde; bem-estar psicológico; qualidade de vida

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 117 - CLIMA DE SEGURANÇA PSICOSSOCIAL, INSEGURANÇA NO TRABALHO, CAPITAL PSICOLÓGICO E ENVOLVIMENTO EM PROFISSIONAIS DE HOTELARIA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Saúde Ocupacional

Pedro João Ferro Pinheirinho Coelho[1], Saúl Neves de Jesus[1], João Nuno Ribeiro Viseu[2]

[1]Faculdade Ciencias Humanas e Sociais - UALG, [2]Universidade de Évora

O setor hoteleiro caracteriza-se por condições psicossociais particularmente adversas: sazonalidade, precariedade contratual e elevada exposição emocional. A investigação internacional documenta taxas de *burnout* e rotatividade sistematicamente superiores à média de outros setores, sublinhando a necessidade de identificar os mecanismos organizacionais e individuais que determinam o envolvimento e o bem-estar destes trabalhadores. Ancorado na Teoria das Exigências-Recursos (JD-R; Bakker et al., 2023), este estudo testou um modelo sequencial com relações entre: (a) o clima de segurança psicossocial (CSP) e a insegurança no trabalho; (b) a insegurança no trabalho e o *engagement* no trabalho, com e sem o papel moderador do capital psicológico (PsyCap); (c) o *engagement* no trabalho e satisfação no trabalho; e (d) o *engagement* no trabalho e satisfação com a vida. O CSP é conceptualizado como um antecedente organizacional que mitiga o efeito das exigências laborais a que os trabalhadores estão expostos (e.g., insegurança no trabalho) e o PsyCap opera como um recurso individual que amortece os efeitos negativos das exigências laborais no *engagement* no trabalho. Participaram neste estudo 207 profissionais do setor hoteleiro em Portugal, recrutados por amostragem em cadeia (*snowball sampling*). O protocolo de investigação online integrou um conjunto de instrumentos de autorresposta e um

questionário sociodemográfico. Os resultados e as suas implicações para a gestão de recursos humanos e a promoção do bem-estar no setor hoteleiro serão apresentados e discutidos.

Palavras-Chave: Envolvimento no trabalho; Clima de segurança psicossocial; Capital psicológico; Hotelaria

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 146 - ANÁLISE BIBLIOMÉTRICA DO IMPACTO DOS INCIDENTES CRÍTICOS E DOS DESASTRES EM ELEMENTOS POLICIAIS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Saúde Ocupacional

Sofia Gomes[1], Cristina Fonseca[1], Cristina Queirós[1]

[1]Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto (FPCEUP)

A atividade policial é consensualmente considerada stressante devido à sua imprevisibilidade, especificidade e existência de incidentes críticos. Contudo, nos desastres a preocupação com o seu impacto psicológico investiga menos frequentemente elementos policiais. Internacionalmente, embora todos possam sentir problemas de saúde psicológica devido às suas tarefas, a investigação por vezes separa “police officer” e “law enforcement” (respetivamente associados a: cidades e tarefas de policiamento; e a diferentes forças policiais desde locais a federais/nacionais e funções mais específicas como FBI ou xerife).

Pretende-se identificar o impacto dos incidentes críticos e dos desastres em elementos policiais, através de uma análise bibliométrica com recurso ao software *VOSviewer*.

Com recurso à pesquisa na Web of Science, identificaram-se 1.551 publicações indexadas, analisadas posteriormente em função de clusters temáticos, data de publicação e países. Os resultados identificaram 3 clusters temáticos: desastres, “police officers” e saúde mental (destacando-se stress pós-traumático, depressão e resiliência, bem como impacto psicológico e suporte social, ou ataques terroristas, vitimas e sobreviventes); risco, gestão organizacional e “law enforcement” (associados ainda à pandemia, tribunais, ciber-segurança, preparação para o desastre e recuperação pós-desastre); e um cluster menor associado aos incidentes críticos, policiamento, crime e violência.

A análise temporal permite observar o deslocar do foco no stress pós-traumático para os desastres, e em seguida do risco para a gestão e finalmente para a pandemia. A análise temporal por países evidencia os contributos em larga escala dos EUA e em menor escala da Holanda, em seguida da Inglaterra e Canadá, e depois, da Austrália, China e Alemanha. Mais recentemente destacam-se outros países da Europa incluindo Portugal, bem como países árabes e africanos (estes últimos dois frequentemente associados a fenómenos de ”predatory publishers/academic paper mills”.

Conclui-se que a investigação sobre o impacto de desastres também inclui polícias, mas tem bastantes especificidades associadas à função e contexto. Mesmo não iniciando a pesquisa com situações de intencionalidade humana como crime e terrorismo, estes surgem como incidente crítico. Importa em Portugal refletir sobre o impacto de desastres naturais (ex.: tempestades, incêndios florestais) em polícias que aí trabalharam, para melhorar a sua saúde ocupacional.



Palavras-Chave: Polícias; Desastres; Impacto psicológico; Análise Bibliométrica

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 148 - IMPACTO DOS DESASTRES EM PROFISSIONAIS DE SAÚDE E DE PSICOLOGIA: ANÁLISE BIBLIOMÉTRICA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Saúde Ocupacional

Cristina Fonseca[1], Cristina Queirós[1]

[1]Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto

Ao longo dos últimos anos Portugal confrontou-se com vários incêndios florestais de grandes dimensões com notável prejuízo a variados níveis nas populações e nos diferentes profissionais envolvidos. Em fevereiro de 2026 ocorreu um “comboio de tempestades” do qual resultaram prejuízos materiais de vários milhões e cerca de 20 mortes, implicando a atuação de profissionais de socorro e de saúde. Pelo seu impacto psicológico negativo foi ativado o apoio psicológico, nomeadamente através da bolsa de psicólogos(as) da OPP, reconhecendo-se que uma atuação precoce pode reduzir a possibilidade de sintomas de stress pós-traumático. Contudo o impacto nos profissionais de saúde, e especialmente nos de psicologia nem sempre é valorizado.
Pretende-se identificar o impacto dos desastres em profissionais de saúde e de Psicologia, utilizando a análise bibliométrica com o software *VOSviewer*.
Após pesquisa na Web of Science, identificaram-se 5.788 publicações indexadas, analisadas em termos de clusters temáticos, data de publicação e países. Os resultados indicaram uma organização em 4 clusters temáticos: desastres e saúde mental (destacando-se stress pos-traumático ansiedade e depressão, bem como atuação através de primeiros socorros psicológicos); saúde e avaliação do risco (destacando-se comportamentos, perceções e o papel da Psicologia); saúde pública e pandemia (destacando-se os enfermeiros e a preparação para o desastre); e stress e coping (associados ao luto, crescimento pós-traumático, ajustamento e Psicologia Positiva).
Temporalmente o foco deslocou-se desde 2014 da saúde mental e stress pós-traumático para o contributo da Psicologia, preparação para o desastre, e, como esperado, para o impacto da pandemia, burnout e revisões sistemáticas.
Temporalmente predominam no início os EUA, seguidos do Canadá e Inglaterra, em seguida da Austrália e da China e só mais recentemente de Turquia e países árabes e africanos.
Globalmente as publicações revelam o enfatizar do contributo da Psicologia nos desastres, embora a pandemia se destaque para os profissionais de saúde. Importa refletir no contributo dos países para a proliferação de

publicações que mesmo estando indexadas podem estar associadas aos atuais movimentos de “predatory publishers” e “academic paper mills”, prejudicando uma ciência com evidência tão fundamental para o estudo do comportamento humano e decisões sobre o impacto psicológico dos desastres em termos de saúde ocupacional.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 185 - PROPRIEDADES PSICOMÉTRICAS DA INTENT TO TURNOVER SCALE: ESTUDO PILOTO EM CONTEXTO EDUCATIVO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Saúde Ocupacional

Hugo David Rodrigues Fernandes[1], Jéssica Abreu[2], Bruna Perry[2], Nuno Miguel Vieira Rodrigues[2]

[1]Direção Regional de Educação - RAM, [2]Universidade da Madeira

O *turnover* constitui um indicador crítico da dinâmica organizacional, cuja medição rigorosa, através de escalas validadas, é fundamental para sustentar intervenções eficazes e baseadas em evidência. O nosso objetivo é apresentar um estudo piloto de propriedades psicométricas, para o processo de validação da *Intent to Turnover Scale* (Kelloway et al., 1999), no trabalho em contexto educativo. A amostra é constituída por 219 profissionais de educação (72% do sexo feminino). Foram utilizados o COPSOQ III (Cotrim et al., 2022) e a versão portuguesa da Intent to Turnover Scale (Kelloway et al., 1999). Os resultados apresentam indicadores ao nível análise do alfa de Cronbach, Análise Fatorial Exploratória e Análise Fatorial Confirmatória, considerando Análises de Invariância e de Correlações. Discutem-se os resultados à luz das limitações do estudo, implicações para a prática e necessidades de investigação futura, para garantir indicadores de fiabilidade e validade de escalas psicométricas na área da psicologia do trabalho e das organizações.

Palavras-Chave: Intent to Turnover Scale , Propriedades Psicométricas , Profissionais de Educação , Psicologia do Trabalho

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 216 - BEM-ESTAR DOS PROFISSIONAIS DE TURISMO EM PORTUGAL: O PAPEL DO GESTUR-BE NA PROMOÇÃO DE AMBIENTES DE TRABALHO SAUDÁVEIS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Saúde Ocupacional

Joana Ferreira[1], Tania Gaspar[1], Mafalda Patuleia[2]

[1]SPIC - Serviço de Psicologia Inovação e Conhecimento / Universidade Lusófona, [2]Universidade Lusófona



A saúde pode ser definida como um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doença. No contexto laboral, este conceito implica ambientes de trabalho que promovam segurança, saúde e bem-estar. Em Portugal, o setor do turismo é essencial para a economia nacional, contribuindo para o emprego e riqueza económica. Contudo, é um setor exigente, marcado por elevada rotatividade, baixos salários, horários irregulares e riscos físicos e psicossociais. Estas condições podem comprometer o bem-estar dos trabalhadores, resultando em menor produtividade, maior absentismo, insatisfação laboral e aumento de problemas de saúde mental. Neste contexto, foi criado o GesTur-Be - Observatório de Gestão do Turismo e Bem-estar das Pessoas, com o objetivo de estudar a gestão e o bem-estar dos profissionais do turismo, promover o diálogo entre *stakeholders* e propor políticas sustentáveis. Em colaboração com o LABPATS, aplicou-se o instrumento de Ecossistemas de Ambientes de Trabalho Saudáveis (EATS), de modo a analisar fatores associados a ambientes de trabalho saudáveis em vários hotéis em Portugal. Participaram 711 profissionais, maioritariamente mulheres (54,4%), com idades entre 18 e 71 anos. Os resultados indicam uma perceção globalmente positiva dos ambientes de trabalho, embora persistam riscos moderados, sobretudo ao nível da saúde mental e da falta de recursos de apoio. Existem valores moderados de presentismo (13,4%) e absentismo (3,8%) Fatores como o burnout (79,9% pelo menos 1 sintoma de burnout), o assédio laboral (20% afirmam ter sido vítimas), a solidão (29%) e a infelicidade (30,5%) aumentam o risco psicológico. Grupos mais vulneráveis incluem mulheres, geração Z, trabalhadores sem cargo de gestão e com contratos laborais precários, com mais riscos psicossociais do trabalho relacionados com o bem-estar e a saúde mental. Perante estes dados, destaca-se a necessidade de intervenções baseadas em evidência, centradas na prevenção de riscos psicossociais e na promoção do bem-estar. Recomenda-se a monitorização regular de indicadores como o *burnout* e o assédio, o reforço de recursos organizacionais (e.g., apoio psicológico) e a implementação de medidas específicas para grupos vulneráveis. Investir em ambientes de trabalho saudáveis contribui não só para a saúde dos trabalhadores, mas também para maior produtividade e sustentabilidade organizacional do setor do turismo.

Palavras-Chave: Bem-estar , Saúde Mental , Saúde ocupacional , Turismo

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 281 - SMOKING AMONG NURSES IN PORTUGAL: THE ROLE OF BURNOUT AND RESILIENCE

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Saúde Ocupacional

Carlota Reis Martins[1], Miguel Trigo[1]

[1]ISPA - Instituto Universitário

Introduction: The nursing profession is characterized by high physical, emotional, and psychological strain, exposing its practitioners to vulnerability to burnout and, consequently, to engaging in risky behaviours, such as smoking. In this regard, resilience has been identified as a fundamental psychosocial mechanism, capable of mediating this relationship. The main objective of this study is to investigate how resilience acts as a mediating variable in the relationship between burnout and smoking among Portuguese nurses. **Method:** A quantitative cross-sectional study, with a sample consisting of 132 Portuguese nurses actively practicing their profession. Data collection was conducted using an online form, comprising a sociodemographic questionnaire, a professional profile questionnaire, a smoking habit questionnaire, and three validated psychometric instruments: the Maslach Burnout Inventory – Human Services Survey (MBI-HSS), the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC-10), and the Fagerström Test for Nicotine Dependence (FTND). **Results:** The results show moderate to high levels of burnout in the total sample, with smoking nurses exhibiting higher scores on the emotional exhaustion and

depersonalization dimensions compared to nonsmokers. Resilience showed a negative association with burnout, corroborating its role as a buffer. It was also found that smokers tend to exhibit lower levels of resilience. Additionally, a positive association was observed between the degree of nicotine dependence and the severity of burnout. **Conclusion:** The data support the mediating role of resilience in the relationship between burnout and smoking, underscoring the need for psychological intervention programs that promote resilient skills, and support smoking cessation in the occupational health context.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 292 - AMBIENTE PSICOSSOCIAL DO TRABALHO E GESTÃO DE STRESS: ESPECIFICIDADES DAS GERAÇÕES DE PROFISSIONAIS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia da Saúde Ocupacional

Inês Barata[1], Tania Gaspar[2]

[1]Aventura Social – Associação, [2]Universidade Lusófona/ Hei-Lab; CHRC/ Universidade NOVA de Lisboa

Ambientes de trabalho saudáveis são fundamentais para mitigar riscos psicossociais e promover o bem-estar e o desempenho dos trabalhadores. O stress assume um papel central neste contexto, afetando a saúde e o envolvimento dos profissionais. Cada geração vivencia experiências únicas que influenciam as suas preferências, expectativas e valores, sendo essencial considerar tanto as semelhanças como as diferenças nas suas respostas ao ambiente de trabalho e ao stress. No âmbito do Laboratório Português de Ambientes de Trabalho Saudáveis (LABPATS), foi aplicado o instrumento de Ecossistemas de Ambientes de Trabalho Saudáveis (EATS) no estudo de Barata e Gaspar (2025), com o objetivo de analisar a relação entre o ambiente psicossocial do trabalho e a gestão de stress dos profissionais, tendo em conta as suas especificidades geracionais. Participaram 4551 profissionais, distribuídos entre as gerações X (n=2189), Y (n=1657), Baby Boomers (n=383) e Z (n=317). A amostra foi obtida através de amostragem por conveniência, incluindo profissionais com idades superiores a 18 anos, que exerciam funções em Portugal e que aceitaram participar voluntariamente no estudo. Os resultados evidenciaram diferenças significativas na gestão de stress entre as gerações, verificando-se que os Baby Boomers tendem a evidenciar fatores semelhantes à Geração X para a gestão de stress laboral, assim como a Geração Y e a Geração Z tendem a destacar fatores similares. Constatou-se ainda que as políticas de gestão adotadas pelas lideranças podem influenciar a gestão de stress dos trabalhadores, indicando a necessidade de abordagens específicas que atendam às características e necessidades de cada geração.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 47 - FICAR OU ABANDONAR: UM ENQUADRAMENTO CONCEPTUAL MULTINÍVEL DE RETENÇÃO E ABANDONO DESPORTIVO EM JOVENS QUEER

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Desporto



Maria Simões de Abreu[1], Carla Moleiro[1], Raquel António[1], Pedro Teques[2]

[1]CIS_Iscte; Iscte - Instituto Universitário de Lisboa, [2]Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Centro de Investigação em Ciências do Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano (CIDESD)

O abandono desportivo continua a ser um fenómeno frequente, especialmente entre jovens pertencentes a grupos minoritários, apesar do reconhecimento dos benefícios da prática desportiva. Entre jovens queer (i.e., raparigas lésbicas, rapazes gay, jovens bissexuais e outras pessoas jovens com diversidade de orientações sexuais), experiências de estigma, exclusão e perceções de insegurança nos contextos desportivos podem comprometer a continuidade da participação, embora os fatores específicos associados à retenção e ao abandono desportivo permaneçam pouco explorados.
Este trabalho propõe um enquadramento conceptual multinível para compreender a retenção e o abandono desportivo em jovens queer, integrando o modelo de Cunningham (2019), o Sport Commitment Model (Scanlan et al., 1993) e a Self-Determination Theory (Calvo et al., 2010; Deci & Ryan, 2000). Propõe-se que diversos fatores moldam as experiências de envolvimento, intenção de continuidade e bem-estar no desporto, podendo relacionar-se com a retenção ou o abandono desportivo. Estes fatores podem ser agrupados como níveis macro – normas, estruturas e práticas institucionais –, meso – clima da equipa, comportamentos das pessoas treinadoras e dinâmica de pares –, micro – processos relacionados com a identidade e experiências individuais –, e mecanismos psicológicos – como o prazer e autonomia na prática desportiva.
Este enquadramento destaca a importância do ambiente desportivo na experiência de jovens atletas queer e identifica implicações relevantes para a investigação, formação e promoção de contextos desportivos mais inclusivos.

Palavras-Chave: Queer , Dropout , Retenção , Desporto

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 51 - DO WE REALLY NEED SPORT PSYCHOLOGISTS? FACILITATORS AND BARRIERS TO SPORT PSYCHOLOGY DEVELOPMENT

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Desporto

António Rui da Silva Gomes[1], Catarina Morais[2]

[1]Universidade do Minho. Escola de Psicologia, [2]Centro de Investigação para o Desenvolvimento Humano, Faculdade de Educação e Psicologia, Universidade Católica Portuguesa.

Even though sport psychology is an established field of Psychology, with over a century of research and well-defined practice, there are still questions about the added value of these professionals. In this paper, we briefly reflect on some of the advantages of hiring sport psychologists. namely the benefits of supporting evidence-based practice, certified professionals, and developing the athlete as a whole (not just focusing on their performance). On the other hand, there are some barriers related to costs, work conditions, and development opportunities that make organizations question the hiring of such professionals. In this manuscript, we propose a decision-tree on hiring sport psychologists based on one's analysis of four domains: beliefs about science, ethical issues, career opportunities and work conditions.

Palavras-Chave: Sport Psychology; Psychological Intervention; Sport Psychologist.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 63 - COPING STRATEGIES BEFORE COMPETITION: THE ROLE OF STRESS, COGNITIVE APPRAISAL, AND EMOTIONS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Desporto

Clara Simães[1], José Miguel[2], Catarina Morais[3], Paul Mansell[4], A. Rui Gomes[1]

[1]Universidade do Minho, [2]Universidade do Minho - Grupo de Investigação Adaptação, Rendimento e Desenvolvimento Humano, [3]Universidade Católica Portuguesa, [4]University of Staffordshire

Sports, and especially competitions, can be a stressful experience for athletes, who often struggle to find and apply strategies to cope with stress. Thus, this study analyzes how different coping strategies anticipated to be employed in an important competition are explained by psychological (i.e., cognitive appraisal and emotions) and person and sports-related factors (i.e., gender, type of sport). Specifically, athletes were asked to complete a protocol 24-48h prior to an important competition to assess their adaptation to high-performance-related stress. The study included 383 athletes (60% male; M[age] = 22.9 ± 5.3 years) from individual sports (swimming and running, n = 157; 41%) and team sports (handball and volleyball, n = 226; 59%) who competed in major national leagues. Hierarchical linear regression analyses (enter method) were performed to examine the extent to which psychological, personal, and sport-related variables explained coping strategies and coping efficacy. Results indicated (a) higher control perception and excitement were related with higher intention to use active coping; (b) being a female athlete, practicing individual sports, and excitement (higher intensity and facilitative value) were associated with a higher intention to use emotional support; (c) being a female athlete, lower coping perception, higher anger intensity, and higher facilitative value of happiness were associated with a higher anticipated use of humor; and (d) being a male athlete, higher anxiety, anger, and happiness intensity, and lower facilitative value of dejection and excitement were associated with higher anticipated use of denial. In sum, the explanation of each coping strategy is distinct and should be analyzed separately. We share the assertion that cognitive appraisal, emotions, and coping are highly related constructs, and that both cognitive appraisal and emotions are important as determinants of the intention to use coping. Ultimately, there is never only one way to cope with a stressful situation, and building a repertoire of coping strategies may be more effective and versatile than relying on a single one. Thus, it is important to expand our knowledge of the stressors that most frequently occur in sports contexts and are most likely to cause significant disturbance in athletes, so that training programs can be designed to reduce the harmful effects of these stressors.

Palavras-Chave: sports , athletes , psychological factors , gender

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 120 - SELF-LEADERSHIP OF MIDDLE-DISTANCE ATHLETES: RELATIONS WITH ATHLETIC READINESS, AND SPORT PERFORMANCE PERCEPTION

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Desporto

Maria Inês Teixeira de Sousa Fangueiro[1], Beatriz de Abreu Pereira Rios de Castro[2], Catarina Morais[3],



Clara Simães[4], António Rui Gomes[5]

[1]Escola de Psicologia, Universidade do Minho, [2]Adaptation, Performance, and Human Development Research Group. School of Psychology. University of Minho., [3]Research Centre for Human Development, Faculty of Education and Psychology, Universidade Católica Portuguesa., [4]Health Sciences Research Unit: Nursing (UICISA: E), Nursing School of Coimbra (ESEnfC). Coimbra, Portugal. School of Nursing. University of Minho. Braga, [5]Psychology Research Centre. School of Psychology. University of Minho.

This study evaluated self-leadership skills, athletic readiness, and sports performance perception in middle-distance athletes. Additionally, it was examined whether higher levels of different self-leadership dimensions could predict greater athletic readiness and better sports performance perception. A total of 212 federated middle-distance athletes took part in the study, 58% male and 42% female, with ages between 18 and 51 years old (*M* = 26.3; *SD* = 8.14). The evaluation protocol included the instruments: (1) the Self-Leadership Questionnaire (Houghton & Neck, 2002; Marques-Quinteiro et al., 2011), (2) the Athletic Readiness Inventory (Gomes, 2021), and (3) the Performance Perception Questionnaire (Gomes et al., 2020). The results indicate that three self-leadership skills (visualizing successful performance, self-setting goals, and evaluating beliefs) have an indirect effect on sports performance perception, through the mediating role of athletic readiness. Our results indicated that the relationship between self-leadership and sport performance perception is better explained by also considering athletic readiness.

Palavras-Chave: Self-leadership, Sports Performance Perception, Athletic Readiness, Middle-distance running.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 155 - PSICOLOGIA E MOVIMENTO HUMANO: ENTRE A CLÍNICA E O DESPORTO SOB UMA PERSPETIVA FENOMENOLÓGICA E DA COGNIÇÃO INCORPORADA (EMBODIMENT)

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Desporto

Thabata Telles[1]

[1]UMAIA/IPMAIA - API - NUCAFE

A Psicologia do Desporto, do Exercício e da Performance é reconhecida como uma especialidade que visa as interações entre a psicologia e a performance, focando-se ainda na saúde e no bem-estar de atletas, praticantes e demais agentes desportivos. Esta comunicação explora o tema "Psicologia & Movimento Humano", propondo uma articulação teórica e prática que se situa no âmbito de intervenções clínicas que levam em consideração o contexto desportivo. A fundamentação teórica adota uma perspetiva fenomenológica, na qual o corpo é compreendido como sujeito-agente e a forma primordial de relação com o mundo, e não meramente um objeto. Nesta ótica, o movimento não é uma execução mecânica, mas um fenómeno vivido onde a dimensão psicológica não antecede a ação, mas acontece nela. Através dos conceitos de cognição incorporada (embodiment) e enativismo, argumenta-se que a perceção e a ação formam um sistema único, a partir do qual entende-se que conhecer é agir no mundo. O corpo, portanto, possui uma intencionalidade própria, orientando-se para a ação antes da reflexão, no que a consciência é compreendida em ato, e não apenas pensamento. Consequentemente, competências como tomada de decisão, antecipação e regulação emocional são entendidas como processos corporizados que emergem do acoplamento dinâmico entre mente, corpo e ambiente. No âmbito da prática profissional, discute-se o desafio de transpor o trabalho do psicólogo entre o ambiente clínico tradicional e as exigências do contexto desportivo. Enquanto a clínica foca no processo terapêutico e na

demanda do sujeito, a psicologia do desporto exige frequentemente respostas rápidas, suporte contextualizado e atuação preventiva. Assim, sugere-se protocolos de intervenção que incluem modelos de sessão única, avaliação psicológica, psicoterapia, estratégias de monitorização e psicoeducação, dentre outros. Por fim, além dos aspectos éticos e científicos, considera-se as implicações sociais desta prática, nomeadamente o papel do psicólogo clínico no combate ao sedentarismo e à inatividade física, considerados problemas de saúde pública global pela OMS. Defende-se que estas intervenções no âmbito da Psicologia & Movimento Humano devem promover o movimento através da valorização da diversidade e da história de vida de cada indivíduo, compreendendo como cada sujeito sente e põe o seu corpo em movimento num contexto sociocultural específico.

Palavras-Chave: Psicologia clínica , Psicologia do desporto , Fenomenologia , Cognição

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 173 - WHO BENEFITS FROM PARENTAL INTERVENTION PROGRAMS IN YOUTH SPORT? A SYSTEMATIC REVIEW

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Desporto

Marco André Teixeira Pereira[1], António Rui Silva Gomes[1], Ricardo Hugo Gonzalez[2], Catarina Tavares de Castro Morais[3]

[1]Universidade do Minho, [2]Instituto de Educação Física e Esportes, [3]Universidade Católica Portuguesa

Introduction: Parental involvement is a recognized determinant of young athletes' well-being, motivation, and performance. Despite the growing number of intervention programs targeting sport parents, evidence on their effectiveness remains fragmented and methodologically heterogeneous. This systematic review aimed to evaluate the effects of parental intervention programs on parental behavior and athlete outcomes in youth sport.

Method: Three electronic databases (EBSCO, Scopus and Web of Science) were searched following PRISMA guidelines. The protocol was registered in PROSPERO (CRD420250651529). From 2,188 identified records, 14 studies were included. Inter-rater agreement was substantial (Cohen's κ = .696). All 14 studies were screened using JBI checklists, and 12 of them met the criteria for empirical adequacy and were retained for analysis. For quantitative studies, a Level of Evidence Synthesis was conducted, and was applied at two levels: by specific outcome and, secondly, aggregated by outcome group. Qualitative findings were synthesized narratively around inductively derived themes.

Results: Positive effects on parental behavior were the most consistently reported finding, particularly reductions in negative sideline comments and improvements in perceived parenting efficacy. However, evidence strength varied considerably across outcomes. Level-of-evidence analysis yielded limited evidence for some outcomes — where findings were consistent but drawn exclusively from low-quality designs — and inconclusive evidence for others, reflecting inconsistency across studies. Athlete outcomes, including well-being, stress, and performance, were less frequently measured and produced the most inconclusive findings. Qualitative synthesis produced three themes: “Parental awareness”, “behavioral change in the sport context”, and the impact of the “parent-child relationship on the athlete”.

Conclusions: Parental intervention programs show promise for changing parental attitudes and behaviors, but current evidence is constrained by weak study designs, limited follow-up, and a lack of

validated measures. Future research should prioritize controlled trials, systematic athlete-level assessment, and objective behavioral outcomes.

Palavras-Chave: Systematic Review , Youth Sport , Intervention Programs , Parental Involvement

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 321 - O PSICÓLOGO NA PREPARAÇÃO OLÍMPICA DOS ATLETAS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Desporto

Sidónio Serpa[1]

[1]CIDEFES, Universidade Lusófona; Comité Olímpico de Portugal

De acordo com as orientações do Comité Olímpico Internacional, a preparação desportiva dos atletas deve centrar-se na saúde mental e na necessidade de sistemas interdisciplinares de apoio psicológico no desporto de alto rendimento. Para tal, sugerimos uma abordagem sustentável do processo desportivo, baseada no equilíbrio entre exigências de desempenho e recursos psicológicos dos atletas, visando simultaneamente a optimização da performance e a preservação da homeostase biopsicossocial. Neste sentido, os objectivos do trabalho devem incluir a promoção da literacia psicológica no sistema desportivo; o desenvolvimento de competências em atletas, treinadores e outros agentes; e a resposta às necessidades psicológicas associadas ao rendimento e à saúde mental. O enquadramento conceptual baseia-se no modelo ecológico de Bronfenbrenner, contemplando intervenções nos diferentes níveis do contexto do atleta, e no modelo de sustentabilidade psicológica do processo de treino, de Serpa. Neste enquadramento, tem lugar (i) a literacia relativa à dimensão psicológica da preparação dos atletas que deverá utilizar diferentes metodologias, quer presenciais, quer digitais, destinadas a atletas, famílias, treinadores e outros profissionais que actuam no contexto do alto rendimento; (ii) a formação prática em competências psicológicas; (iii) procedimentos de avaliação psicológica que contribuam para a caracterização dos atletas e fundamentem uma eficaz individualização do processo de treino, bem como a monitorização da saúde mental; e (iv) apoio individualizado a atletas, treinadores e famílias. Por outro lado, os psicólogos que integrem os serviços de apoio aos atletas em preparação olímpica deverão estruturar procedimentos para eventual intervenção em crise, relativamente à qual, os treinadores deverão igualmente receber formação.
Em síntese, a integração de profissionais de psicologia na preparação olímpica deve servir de agente de inovação e influência no contexto do desporto de alto rendimento, promovendo uma cultura de excelência sustentada na articulação entre desempenho e saúde mental, em consonância com princípios de segurança, dignidade e desenvolvimento sustentável dos atletas. A intervenção do psicólogo – com profundo conhecimento do contexto desportivo – deverá integrar-se em equipas pluridisciplinares, articulando-se com treinadores, médicos e outros profissionais.

Palavras-Chave: Psicologia do desporto; Saúde mental; Alto rendimento; Sustentabilidade psicológica

PO 453 - ADAPTAÇÃO À COMPETIÇÃO DESPORTIVA EM ATLETAS PORTUGUESES: O PAPEL DA AVALIAÇÃO COGNITIVA

Tipo: Poster



Tema: Psicologia do Desporto

Liliana Fontes[1], José Miguel Nogueira[1], A. Rui Gomes[1]

[1]Universidade do Minho

Este estudo analisa o papel dos processos de avaliação cognitiva na adaptação a uma situação de *stress*, fornecendo indicações sobre emoções, *coping* e eficácia do *coping*. A amostra inclui 229 atletas do sexo masculino (59,8%) e 154 do sexo feminino (40,2%), com idades entre os 14 e os 37 anos (*M* = 22,85; *DP* = 5,35), distribuídos entre modalidades individuais (*n* = 157; 41%) e coletivas (*n* = 226; 59%). O protocolo de avaliação incluiu medidas de avaliação cognitiva, emoções e estratégias de *coping*. Os principais resultados foram: (a) perceções de desafio, *coping* e controlo estiveram associadas a emoções positivas, atribuição de efeitos benéficos às emoções negativas e utilização de estratégias ativas de resolução de problemas; e (b) a perceção de ameaça esteve associada à ansiedade e a outras emoções negativas. Em conclusão, este estudo mostra que padrões mais adaptativos de avaliação cognitiva primária (perceção elevada de desafio e baixa de ameaça) e secundária (perceções elevadas de *coping* e controlo) correspondem a uma maior tendência para uma adaptação positiva a eventos *stressantes*.

Palavras-Chave: Avaliação cognitiva , Adaptação ao stress , Eficácia do coping , Emoções

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 454 - EMOTIONAL PROFILE OF ATHLETES BEFORE COMPETITION: CONTRIBUTIONS FOR PERCEIVED STRESS, COGNITIVE APPRAISAL AND COPING STRATEGIES

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Desporto

José Miguel Nogueira[1], Catarina Morais[2], Paul Mansell[3], Liliana Fontes[1]

[1]Universidade do Minho, [2]Universidade Católica Portuguesa, [3]University of Staffordshire

Understanding athletes' emotional experience prior to competition is crucial for examining their adaptation to stress. Earlier research suggested anxiety impaired performance by disrupting tasks like information processing, attention, and concentration—leading to increased stress and perceived threat. Over time, focus shifted toward understanding how athletes' interpretations of anxiety could influence performance positively. This led to broader research into other emotions typically considered "negative" (e.g., anger, dejection) and "positive" (e.g., excitement, happiness). However, how these emotions influence performance and interact with intensity has been under-studied. A total of 383 elite athletes completed a questionnaire 24–48 h before a major competition, assessing overall stress, emotional intensity (excitement, happiness, anxiety, anger, dejection), emotional direction, cognitive appraisal, and coping strategies.

A cluster analysis based on emotion intensity and direction identified three athlete profiles: "Emotionally Balanced" (moderate intensity), "Facilitating Arousal Profile" (mixed intensity, all emotions viewed as performance-enhancing), and "Low Arousal Profile" (low emotional intensity). Despite differing emotional profiles, athletes reported similar stress levels before competition. However, those in the "Facilitating Arousal Profile" reported greater challenge appraisals, perceived control, and use of adaptive coping strategies compared to others. These findings suggest that not just emotional intensity but also the

perceived impact of emotions plays a key role in performance. These results have important implications for psychological interventions, emphasizing the need to consider both how emotions are experienced and how they are interpreted in the context of competition.

Palavras-Chave: emotional arousal , performance , coping , sport psychology

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 50 - HOW TO STUDY THE EFFICACY OF LEADERSHIP: A RESEARCH FRAMEWORK PROPOSAL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

António Rui da Silva Gomes[1]

[1]Universidade do Minho. Escola de Psicologia

Leadership is one of the most researched topics in social and behavioral sciences. However, the understanding of the factors involved in both the rise and efficacy of leadership remains controversial, as different researchers present fairly divergent conclusions. On the other hand, authors dedicated more interest to describing the attributes of the leaders that might help them gain recognition and approval from others than on analyzing how such attributes help organizations prosper. Thus, it is important to determine the factors that explain the efficacy of leadership. The current work proposes a research framework for the study of leadership efficacy that establishes a set of variables involved in explaining such efficacy, reinforcing the need to conceive efficacy as a result of the combination of two axes (target and area of leadership impact). The implications of leadership efficacy are also discussed.

Palavras-Chave: Leadership; Leadership Efficacy; Leadership Approaches; Leadership Styles.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 58 - REVIEW OF RECRUITMENT AND SELECTION FOR LEADERSHIP POSITIONS: EVIDENCE FROM A SYSTEMATIC REVIEW

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Maria Inês Fangueiro[1], Ricardo Hugo Gonzalez[2], Adérito Seixas[3], António Rui Gomes[4]

[1]School of Psychology, University of Minho, Braga, Portugal, [2]Universidade Federal do Ceará, Fortaleza,

Brazil, [3]Universidade Fernando Pessoa, Porto, Portugal, [4]Psychology Research Centre, School of Psychology, University of Minho, Braga, Portugal

Purpose – Organizations seek leaders capable of providing competitive advantages in complex markets; however, recruiting leaders can be quite challenging, given that it is unclear which psychosocial characteristics are considered relevant. This study identifies the psychosocial skills and characteristics considered important in the recruitment and selection of persons for leadership positions in any given organizational context.

Design/methodology/approach – The protocol has been registered in the Open Science Framework (OSF) database and has followed the PRISMA model. The analysis included seven databases. The JBI Critical Appraisal Checklist was used to analyze the methodological quality of the included studies.

Findings – The systematic review results identified four articles that met the inclusion criteria, revealing nine relevant psychosocial skills and characteristics in the leaders' recruitment process.

Research limitations/implications – Future research should continue to develop knowledge on this domain because the actual amount of studies are quite insufficient to provide clear guidelines about how leaders are recruited and selected for distinct organizations and contexts.

Originality/value – This is one of first systematic review analyzing psychosocial characteristics considered important in the recruitment and selection of persons for leadership positions.

Palavras-Chave: Selection, Leadership, Recruitment, Organizations

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 73 - DA PERCEÇÃO SOCIAL AO COMPORTAMENTO NO ESPAÇO URBANO MULTICULTURAL: EXPLORAÇÃO DE TECNOLOGIAS VISUAIS E REALIDADE VIRTUAL.

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Raquel Barreto[1], Fátima Bernardo[2]

[1]Universidade de Évora, Intituto Superior Técnico- CITUA, [2]Universidade de Évora, IST-CITUA

As cidades europeias contemporâneas são marcadas por crescente diversidade social e cultural, tornando crucial compreender como os espaços urbanos multiculturais são percecionados, interpretados e vividos. Apesar dos avanços da psicologia ambiental e social, permanece pouco claro como atributos físicos do espaço e composição social visível se articulam na formação de julgamentos percetivos, representações sociais e decisões em contexto urbano. Este projeto pretende compreender esses processos através de um desenho sequencial e multimétodo que integra três níveis de análise: julgamentos rápidos de segurança em imagens urbanas por comparação em pares; foto-elicitação associativa para explorar significados sociais, categorias interpretativas, estereótipos e perceção de coerência do espaço; e observação de decisões situadas em cenários urbanos imersivos em realidade

virtual. A integração dos resultados permitirá desenvolver um modelo interpretativo da leitura socioespacial de ambientes urbanos multiculturais, contribuindo para aproximar conhecimento académico e aplicação prática no domínio do planeamento urbano.

Palavras-Chave: Perceção socioespacial , Estereótipos de lugar , Interpretação social do espaço

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 82 - ABSTENÇÃO ELEITORAL: DE BLOCO A MOSAICO. O QUE PODE A PSICOLOGIA TRABALHAR?

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Nuno Almeida[1], Jean-Christophe Giger[1]

[1]Universidade do Algarve

A abstenção eleitoral representa um desafio crescente nas democracias contemporâneas, manifestando-se de forma mais acentuada entre os jovens e questionando a legitimidade dos processos democráticos. Já não é uma temática de investigação, é uma problemática que carece de resposta. Em Portugal, os níveis de abstenção têm registado valores preocupantes, em particular nas faixas etárias mais jovens (e.g. Almeida & Giger, 2025; Magalhães, 2019). O presente trabalho adota uma perspetiva sociocognitiva para explorar o fenómeno do não voto em Portugal, pioneiro no domínio da psicologia social, integrando o Modelo de Comportamento Dirigido por Objetivos (MGB) como quadro teórico de investigação. Através de uma metodologia mista, que combina abordagens qualitativas (e.g., grupos focais) e quantitativas (e.g., modelação de equações estruturais PLS-SEM), foram conduzidos vários estudos empíricos sequenciais e originais, totalizando mais de 3900 participantes, com vista a um olhar da psicologia, robusto e inovador sobre este fenómeno social da abstenção eleitoral. A abstenção eleitoral emerge como um constructo heterogéneo e multifacetado, influenciado por dinâmicas sociocognitivas e não puramente de “desinteresse” ou “apatia”. Os resultados permitiram ainda revelar as representações sociais da abstenção eleitoral em Portugal, identificar e conhecer os perfis dos abstencionistas, bem como operacionalizar um modelo com implicações práticas para intervenções de literacia cívica e reformas eleitorais.

Almeida, N., & Giger, J.-C. (2025). Unraveling the Heterogeneity of Electoral Abstention: Profiles, Motivations, and Paths to a More Inclusive Democracy in Portugal. *Social Sciences*, *14*(10), 601. https://doi.org/10.3390/socsci14100601

Magalhães, P. (2019). A Participação Política da Juventude em Portugal. Um retrato comparativo e longitudinal, 2002-2019, #01. GUKBENJIAN STUDIES – FUNDAÇÃO CALOUSTE GULBENKIAN. https://cdn.gulbenkian.pt/wp-content/uploads/2022/03/Relato%CC%81rio-01-final_red.pdf

Palavras-Chave: Abstenção Eleitoral , Participação Cívica , Voto , Comportamento

Resumo Completo (Ficheiro)



PO 85 - AVALIAÇÃO DE RISCO RODOVIÁRIO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Nuno Almeida[1], Rui Carvalhinhas[1], Jean-Christophe Giger[1]

[1]Universidade do Algarve

A sinistralidade rodoviária constitui um problema de saúde pública em Portugal e a nível internacional. Em 2023, registaram-se 34.276 acidentes rodoviários com vítimas, das quais 642 vítimas mortais (ANSR, 2023). Nas infrações mais registadas, aparece o excesso de velocidade, com 58,1% dos registos (ANSR, 2023). A literatura internacional indica que mais de 80% dos acidentes de viação têm origem em causas humanas (Bąk & Bąk-Gajda, 2010), pelo que a avaliação psicológica da perceção de risco em condutores reveste-se de particular importância clínica e preventiva. O presente estudo tem como objetivo a aferição para a população portuguesa da escala de Avaliação de Risco Rodoviário (ARR) *Risk Assessment and Risk-Taking Test* (RART), instrumento desenvolvido por Spychała e Liberska (2024) para medir a perceção subjetiva de risco em condutores. O processo de aferição decorreu com autorização dos autores originais da escala e aprovação da Comissão de Ética da Universidade do Algarve (CEUAlg). A escala é composta por 11 itens que avaliam o grau de risco subjetivamente percebido em situações específicas de condução, avaliados numa escala de *Likert* de cinco pontos (0-sem risco a 4-perigo elevado). A recolha de dados foi realizada online junto de condutores. Na versão original, a escala apresentou bons índices de fiabilidade o que também se verificou na versão portuguesa. A disponibilização de uma versão portuguesa validada contribui para o avanço da investigação na área da segurança rodoviária em Portugal, bem como de um instrumento válido para os psicólogos que operam na Avaliação Psicológica de Condutores.

Autoridade Nacional de Segurança Rodoviária (ANSR). (2023). *Relatório anual de sinistralidade a 30 dias, fiscalização e contraordenações rodoviárias 2023*. https://www.ansr.pt

Bąk, J., & Bąk-Gajda, D. (2010). *Psychologia transportu i bezpieczeństwa ruchu drogowego*. Wydawnictwo Difin.

Spychała, K., & Liberska, H. (2024). Risk Assessment and Risk-Taking Test – a tool for measuring the subjective perception of risk and the frequency of risk-taking by drivers on the road. *Polish Psychological Forum/Polskie Forum Psychologiczne, 29*(1), 75–88. https://doi.org/10.34767/PFP.2024.01.05

Palavras-Chave: Avaliação Psicológica de Condutores , Segurança Rodoviária , Perceção de Risco , Psicometria

PO 135 - REGRESSO AO TRABALHO APÓS ACIDENTE DE TRABALHO OU DOENÇA PROFISSIONAL: CONCEÇÃO, IMPLEMENTAÇÃO E AVALIAÇÃO DE UM PROGRAMA NA ADMINISTRAÇÃO PÚBLICA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações



Daniela Filipa Sousa Ferreira Morais Carvalho[1], Liliana Maria da Silva Cunha[1]

[1]Centro de Psicologia da Universidade do Porto

Em Portugal, a expressão do envelhecimento da força de trabalho e do aumento da idade da reforma, com consequente prolongamento da vida ativa, são superiores à média europeia. Este projeto parte, assim, de uma preocupação com a sustentabilidade dos percursos profissionais face ao aumento de acidentes de trabalho e doenças profissionais. Mais especificamente, pretende-se: (1) mapear as atividades com maior prevalência de acidentes de trabalho e doenças profissionais; (2) identificar as condições de trabalho e de emprego associadas; (3) analisar as barreiras e os facilitadores do processo de regresso ao trabalho; e (4) conceber, implementar e avaliar um programa de mentoria que procure promover esse processo.

O projeto será desenvolvido na Câmara Municipal do Porto, com trabalhadores do Departamento Municipal de Espaços Verdes e Gestão de Infraestruturas, seguindo uma abordagem metodológica mista. Sustenta-se no desenvolvimento de um Estudo de Caso, estruturado em três fases fundamentais — diagnóstico, conceção e intervenção/avaliação —, tendo em vista a criação de condições para a sua transferibilidade para outros contextos.

Palavras-Chave: Envelhecimento , Reintegração no local de trabalho , Saúde ocupacional , Suporte organizacional

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 136 - O PROCESSO DE REGRESSO AO TRABALHO APÓS ACIDENTE DE TRABALHO OU DOENÇA PROFISSIONAL: PROTOCOLO PARA UMA SCOPING REVIEW

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Daniela Filipa Sousa Ferreira Morais Carvalho[1], Liliana Maria da Silva Cunha[1]

[1]Centro de Psicologia da Universidade do Porto

Em Portugal, a expressão do envelhecimento da força de trabalho e do aumento da idade da reforma, com consequente prolongamento da vida ativa, são superiores à média europeia. O presente protocolo parte, assim, de uma preocupação com a sustentabilidade dos percursos profissionais face ao aumento de acidentes de trabalho e de doenças profissionais. Pretende-se, em específico: (1) mapear as barreiras e os facilitadores do processo de regresso ao trabalho; e (2) sintetizar as estratégias apresentadas na literatura que procurem promover esse processo. A questão geral de investigação que guiará a *scoping review* é: “Quais são os fatores que influenciam o processo de regresso ao trabalho após acidente de trabalho ou doença profissional?”.

A *scoping review* estará de acordo com as diretrizes do *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses Extension for Scoping Reviews* (PRISMA-ScR) e do Joanna Briggs Institute (JBI): (1) identificação da questão de investigação; (2) identificação de estudos relevantes; (3) seleção de estudos; (4) extração de dados; e (5) compilação, resumo e apresentação de resultados. A pesquisa será realizada em diversas bases de dados de literatura com revisão por pares e de literatura cinzenta. Os resultados serão descritos em relação às questões de investigação. Espera-se conseguir contribuir para informar

futuras investigações e para promover a implementação de estratégias mais consistentes, alinhadas com as exigências das organizações e as necessidades dos trabalhadores.

Palavras-Chave: Barreiras , Estratégias , Facilitadores , Reintegração no local de trabalho

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 138 - RESPONSABILIDADE SOCIAL AMBIENTAL E COMPORTAMENTO DE VOZ VERDE DOS TRABALHADORES: O PAPEL MEDIADOR DA AUTONOMIA, EXIGÊNCIAS E ENVOLVIMENTO NO TRABALHO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Carla Mouro[1], Ana Patrícia Duarte[2], Luís Miguel Simões[3], Vítor Hugo Silva[4]

[1]Iscte; Univ. Lusófona de Lisboa, [2]Bru-Iscte, [3]BRU-Iscte, [4]Hei-Lab Univ. Lusófona; Dinamia-Iscte

A resposta das organizações à crise climática levou a um investimento crescente em políticas e práticas pró-ambientais que sustentassem a transição para economias mais sustentáveis e de baixo carbono. Os trabalhadores são um ator crucial nesta transição para operações mais ecológicas, mas o seu papel ativo na promoção de mudanças pró-ambientais no local de trabalho continua pouco investigado. O comportamento de voz é considerado uma prática fundamental para fomentar a inovação e lidar com contextos desafiantes. As políticas e práticas ambientais ao nível organizacional podem incentivar comportamentos de voz verde ao promover oportunidades de aprendizagem e reflexão sobre os riscos ambientais e motivar a agir de forma sustentável. Além disso, processos mais participativos de definição das práticas relacionadas com o trabalho podem promover resultados mais justos e seguros para os trabalhadores. Este estudo examina se as perceções dos trabalhadores sobre responsabilidade social ambiental (RSA) estão relacionadas com o seu comportamento de voz verde autorrelatado, considerando a autonomia e exigências do trabalho, e o envolvimento no trabalho como mediadores desta relação. Adicionalmente, a identidade ecológica, um forte preditor a nível individual de comportamentos pró-ambientais, foi testada como moderadora das relações propostas. Os dados foram recolhidos em duas vagas, junto de 295 trabalhadores de diferentes organizações, através de um inquérito online. Os resultados evidenciam uma relação positiva entre a perceção de RSA (Vaga 1) e o comportamento de voz verde, que estão ligados através da autonomia e envolvimento no trabalho (Vaga 2). Estas relações são mais fortes em níveis mais elevados de identidade ecológica. Os resultados destacam como as organizações podem

promover o envolvimento dos trabalhadores em comportamentos orientados para uma transição sustentável, ao mesmo tempo que contribuem para uma melhor compreensão dos mecanismos subjacentes a esta relação.

Palavras-Chave: Responsabilidade social ambiental; transição sustentável; comportamento de voz verde; envolvimento no trabalho

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 157 - ANTES DA CRISE, EXISTEM SINAIS. AS LIDERANÇAS CONSEGUEM VÊ-LOS?

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Inês Alexandra Ribeiro Santos[1], Patrícia Ferreira[1], Ana Rita Oliveira Vieira[1]

[1]ETAP - Escola Tecnológica, Artística e Profissional de Pombal

As organizações enfrentam desafios como absentismo e presentismo, deterioração do desempenho, conflitos interpessoais e diminuição do envolvimento das pessoas nas equipas. A literatura indica que estas situações raramente surgem de forma súbita, sendo frequentemente precedidas por alterações observáveis no funcionamento das pessoas (Rumberger, 2011; Wang & Eccles, 2013). Neste contexto, a identificação precoce destes sinais tem sido apontada como um elemento relevante para apoiar o bem-estar, o desenvolvimento e a sustentabilidade das equipas.

Diversas linhas de investigação identificam indicadores observáveis associados ao funcionamento humano nas organizações. Na psicologia do trabalho, o modelo Job Demands–Resources demonstra que alterações no desempenho, absentismo ou exaustão podem refletir desequilíbrios nas condições de trabalho e no bem-estar psicológico (Bakker & Demerouti, 2017). Em contextos de aprendizagem, os Early Warning Systems evidenciam que fatores como assiduidade, comportamento e desempenho permitem identificar precocemente situações de risco (Balfanz & Byrnes, 2012; Rumberger, 2011). A literatura sobre engagement destaca ainda o papel do envolvimento comportamental no desenvolvimento e permanência das pessoas nos contextos organizacionais (Fredricks et al., 2004; Wang & Eccles, 2013). Estes contributos apontam para a relevância de indicadores relacionados com assiduidade, comportamento, desempenho e variáveis socioemocionais.

Neste enquadramento, as lideranças encontram-se numa posição privilegiada para observar alterações no funcionamento das suas equipas. A investigação demonstra que práticas de liderança centradas nas pessoas, baseadas em comunicação aberta, segurança psicológica e acompanhamento regular, contribuem para identificar dificuldades emergentes e promover o desenvolvimento e o bem-estar das pessoas (Inceoglu et al., 2018; Salas-Vallina et al., 2020; Mazzetti & Schaufeli, 2022).

Com base nestes contributos foi desenvolvido o modelo Sinalização Semafórica, uma ferramenta organizacional de acompanhamento e desenvolvimento que apoia as lideranças na promoção de uma gestão mais atenta às pessoas nas suas equipas. A ferramenta encontra-se atualmente em fase piloto na ETAP, abrindo perspetivas para futuras aplicações e investigação em diferentes contextos organizacionais.



Palavras-Chave: Liderança , Bem Estar Organizacional , Riscos Psicossociais , Desenvolvimento Humano

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 175 - FROM OVERWORK TO VOLUNTARY TURNOVER: HOW WORK ALIENATION BRIDGES THE GAP ACROSS GENERATIONS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Ana Patrícia Duarte[1], Vítor Vugo Silva[2], Luís Miguel Simões[3]

[1]Iscte Instituto Universitário de Lisboa, Business Research Unit (BRU-IUL), [2]Iscte, Dinâmia'CET-Iscte; Universidade Lusófona de Lisboa, Hei-Lab., [3]Iscte, BRU-IUL; Universidade Europeia

Employee voluntary turnover is a critical challenge for organizations in Portugal's current near-full employment landscape. While wage dissatisfaction is a primary driver, overwork climates—characterized by high intensity and blurred work-life boundaries—significantly damage employee-organization relations. This study explores the link between overwork climate and turnover intention, proposing work alienation as a mediator and workers' age as a moderator. Work alienation refers to a psychological state of detachment, estrangement, or disengagement from one's work, colleagues, and the purpose of the work itself. This negative state has been related to increased intention to leave current job in search of a more fulfilling working situation. Moreover, several studies have been establishing generational differences in terms of work and individual values, with younger generations reporting a higher valorization of work-life balance and meaningful work. As such, these differences could amplify the negative effect of overwork climate on work alienation, as well as its indirect effect via work alienation on turnover intention. A time-lagged, survey-based, quantitative study was conducted with 243 Portuguese workers. Data were analyzed using multiple regression via the PROCESS macro. Results indicate that an overwork climate significantly increases turnover intentions, a relationship partially mediated by work alienation. Furthermore, age moderates both the direct impact on alienation and the indirect effect on turnover: these effects are stronger for younger workers and non-significant for older employees. The findings suggest that younger generations' higher valuation of work-life balance makes them more susceptible to alienation under pressure. Organizations must challenge the normalization of excessive hours to mitigate detachment and "win the war for talent". Fostering a humanistic culture that reduces employee alienation is essential to retain workers, especially younger ones, and ensure organizational resilience in today's highly competitive and labor-scarce landscape.

Palavras-Chave: Overwork climate , work alienation , employee turnover , worker age

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 182 - DA AVALIAÇÃO À INCLUSÃO PROFISSIONAL: TRAJETÓRIAS NO MODELO DE INTERVENÇÃO DO CRPG (DELEGAÇÃO DE COIMBRA) E O SEU IMPACTO NAS PESSOAS ENTRE 2024-2026

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Joana Fonseca[1], Inês Lima[2], Abel Duarte[2], Diana Pedroso[2]

[1]Centro de Reabilitação Profissional - CRPG, [2]CRPG

O Centro de Reabilitação Profissional (CRPG) tem como missão promover a reabilitação biopsicossocial de pessoas com incapacidade funcional decorrente de doença ou acidente, visando a sua inclusão ou reintegração profissional. Apesar dos avanços nas políticas públicas em Portugal, persistem constrangimentos no acesso a serviços especializados, reforçando a relevância de modelos de intervenção integrados e centrados na pessoa.

Este estudo tem como objetivo avaliar os resultados da implementação do modelo de intervenção do CRPG, considerando as trajetórias de reabilitação biopsicossocial e de integração profissional dos participantes.

A intervenção inicia com uma avaliação multidimensional (funcional, cognitiva, emocional e social), que sustenta a definição de um Plano Individual de Intervenção, operacionalizado por uma equipa multidisciplinar. Desde 2024, foram acompanhadas 75 pessoas na Delegação de Coimbra, no âmbito do processo de Informação, Avaliação e Orientação para a Qualificação e o Emprego, que apoia a construção de percursos ajustados às competências, interesses e necessidades dos participantes.

Os participantes são subsequentemente encaminhados para distintas trajetórias diferenciadas: Programa de Atualização e Recuperação de Competências (35 pessoas), Apoio à Colocação (8 pessoas), Acompanhamento Pós-Colocação (4 pessoas) e integração futura em Programas de Recuperação e Atualização de Competências (11 pessoas). Os restantes participantes cancelaram por motivos clínicos ou encontraram alternativas profissionais.

O modelo contribui para o desenvolvimento de competências pessoais, sociais e profissionais, assim como auxilia na articulação com as entidades empregadoras e apoia na integração no mercado de trabalho. Observa-se um reforço das competências técnicas e transversais, potenciando a empregabilidade e a capacidade de acesso, manutenção e progressão no emprego.

Em síntese, o modelo do CRPG evidencia-se como eficaz na promoção de processos sustentados de inclusão social e profissional, destacando-se a abordagem centrada na pessoa e a intervenção multidisciplinar como fatores-chave para o sucesso das trajetórias de reabilitação.

Palavras-Chave: Reabilitação Profissional , Intervenção Multidisciplinar , Vida Ativa/Retorno ao Trabalho , Desenvolvimento de Competências



Resumo Completo (Ficheiro)

PO 183 - BEYOND THE 2030 AGENDA: HOW PURPOSE-DRIVEN ORGANIZATIONS AND RESPONSIBLE LEADERS INSPIRE EMPLOYEE ENGAGEMENT

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Ana Patrícia Duarte[1], Luís Miguel Simões[2]

[1]Iscte Instituto Universitário de Lisboa, Business Research Unit (BRU-IUL), [2]Iscte, BRU-IUL; Universidade Europeia

The Sustainable Development Goals (SDGs) challenge organizations to integrate social and environmental concerns into their core strategies. Adopting corporate social responsibility (CSR) practices is a key pathway to fulfilling the 2030 Agenda while gaining competitive advantage through improved stakeholder relations. Employees, in particular, increasingly prefer socially responsible organizations, exhibiting favorable attitudes such as increased work engagement and affective commitment.

Work engagement—a positive state characterized by vigor, dedication, and absorption—is vital for organizational success. CSR provides the resources and motivation for employees to invest more energy into their roles. Furthermore, CSR fosters affective commitment, as employees identify with values that transcend financial gain. Literature suggests that affective commitment mediates the relationship between CSR and work engagement. Additionally, this study proposes that these relationships are strengthened when direct supervisors act as responsible leaders, serving as role models for ethical and sustainable behavior.

To test this moderated mediation model, a time-lagged correlational study was conducted with 176 employees across various organizations. Data collection occurred in two waves, separated by three weeks, to reduce common-method bias. The first wave measured work engagement and affective commitment, while the second assessed perceived responsible leadership and CSR. Data were analyzed using multiple regression via the PROCESS macro for SPSS.

Results support the hypothesized model: CSR is positively related to work engagement, both directly and indirectly through affective commitment. Responsible leadership emerged as a significant moderator; when perceived responsible leadership is high, the positive impact of CSR on affective commitment is strengthened. Consequently, the indirect effect on work engagement is also amplified. Ultimately, this research underscores that in the pursuit of the SDGs, the human element remains paramount: when organizations and their leaders act with purpose, they do not just retain workers—they inspire a deeply connected and engaged workforce.

Palavras-Chave: corporate social responsibility , responsible leadership , affective commitment , work engagement

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 207 - A ATUAÇÃO DO(A) PSICÓLOGO(A) ORGANIZACIONAL E DO TRABALHO EM HOSPITAIS PÚBLICOS BRASILEIROS: POSSIBILIDADES E IMPASSES



Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Carla Rayane dos Santos[1], Flávia Zanini Ribeiro dos Santos[1]

[1]CAISM - Hospital da Mulher Prof. Dr. José Aristodemo Pinotti (UNICAMP)

O Centro de Atenção Integral à Saúde da Mulher (CAISM), localizado em Campinas (Brasil), é um hospital público universitário vinculado à Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), sendo referência em assistência terciária e quaternária à saúde da mulher e do recém-nascido. Com uma equipe multiprofissional de aproximadamente 1000 funcionários, o hospital opera em um contexto de alta complexidade assistencial, o que pode favorecer o surgimento de questões psicossociais relacionadas à exaustão, estresse e adoecimento no trabalho.

Assim, este relato de experiência tem como objetivo apresentar e refletir sobre o escopo de atuação de duas psicólogas organizacionais e do trabalho inseridas na Divisão de Recursos Humanos do CAISM, evidenciando possibilidades e impasses dessa prática no contexto hospitalar público.

As práticas desenvolvidas organizam-se em três eixos principais: (1) promoção de saúde mental e qualidade de vida no trabalho, por meio de ações coletivas, campanhas institucionais e oferta de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS); (2) orientação e suporte gerencial, com foco na mediação de conflitos, apoio às lideranças e construção de fluxos institucionais para manejo de demandas relacionadas ao trabalho; e (3) atendimento psicoprofissional e de reinserção laboral, envolvendo acolhimento, acompanhamento de profissionais em sofrimento e articulação com a rede interna de saúde do trabalhador.

No eixo de promoção de saúde mental, observou-se ampliação das ações coletivas e maior adesão dos trabalhadores, com consolidação das PICS como incentivo ao autocuidado. No suporte gerencial, destaca-se a criação de fluxos institucionais e o fortalecimento do vínculo com lideranças. No atendimento psicoprofissional, houve crescimento contínuo da demanda, sobretudo por questões relacionadas ao adoecimento mental e às relações de trabalho, com atendimentos de caráter longitudinal e articulação com a rede interna, favorecendo a permanência no trabalho.

A experiência evidencia que a atuação em Psicologia Organizacional e do Trabalho no hospital envolve tanto a construção de estratégias de cuidado quanto o enfrentamento de limites institucionais, como alta demanda e restrições de recursos. Conclui-se que esse campo de atuação, ainda em consolidação, possui potencial estratégico para a promoção da saúde mental dos trabalhadores, ao mesmo tempo em que exige posicionamento crítico, articulação institucional e sustentação contínua das práticas.

Palavras-Chave: Psicologia Organizacional e do Trabalho , Hospitais Públicos , Atuação Profissional , Saúde Mental no Trabalho

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 208 - INTERVENÇÃO PSICOSSOCIAL COM EQUIPE DE ENFERMAGEM ONCOLÓGICA: EXPERIÊNCIA EM UM HOSPITAL UNIVERSITÁRIO DA REGIÃO SUDESTE DO BRASIL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações



Carla Rayane dos Santos[1], Flávia Zanini Ribeiro dos Santos[1]

[1]CAISM - Hospital da Mulher Prof. Dr. José Aristodemo Pinotti (UNICAMP)

O presente relato de experiência descreve uma intervenção conduzida por duas Psicólogas Organizacionais e do Trabalho a partir de demanda formal de chefias da Unidade de Internação em Oncologia de um hospital universitário no interior de São Paulo (Brasil), diante de dificuldades de comunicação e fragilização do trabalho em equipe entre profissionais de enfermagem do período da manhã. O objetivo foi fortalecer vínculos e ampliar a percepção de pertencimento, além de estimular a consciência emocional, qualificar a escuta e fomentar práticas comunicacionais mais humanizadas.

Entre maio e novembro de 2025, foram realizados 20 encontros semanais (1h30), com 12 participantes distribuídos em dois grupos fixos, totalizando 30 horas. Os encontros seguiram estrutura semiestruturada: (1) acolhimento e check-in emocional; (2) atividade disparadora (ex.: dinâmicas de expressão simbólica, jogos de identificação de sentimentos, leitura de textos); (3) roda de conversa mediada; e (4) síntese coletiva. Foram utilizados dispositivos como “Retrato do Grupo” (representação das relações por objetos), exercícios de empatia e discussões guiadas sobre conflitos e comunicação.

A produção de dados ocorreu por meio de registros de campo das facilitadoras e falas das participantes nas reuniões, especialmente nos encontros devolutivos finais com equipe e chefias. A análise qualitativa seguiu abordagem temática (Minayo, 2014), com leitura flutuante, categorização e identificação de núcleos de sentido recorrentes. As categorias emergentes incluíram: comunicação, confiança, pertencimento e corresponsabilização.

Os resultados indicaram mudanças qualitativas percebidas pelas participantes, com relatos consistentes de maior abertura ao diálogo, redução de conflitos, fortalecimento da confiança e ampliação da empatia entre colegas. Pontuaram, ainda, maior reconhecimento das necessidades individuais e coletivas e aumento da corresponsabilização nos processos de trabalho.

A intervenção demonstrou potencial como estratégia de promoção da saúde no trabalho, alinhando-se à prevenção de riscos psicossociais (OMS, 2022). O processo respeitou os preceitos éticos da Psicologia, garantindo sigilo, voluntariedade, respeito à autonomia e manejo responsável das informações sensíveis. Destaca-se a relevância de intervenções contínuas voltadas às equipes de saúde, reforçando o papel estratégico da Psicologia Organizacional e do Trabalho na construção de ambientes mais saudáveis e humanizados.

Palavras-Chave: Psicologia Organizacional e do Trabalho , Saúde do Trabalhador , Intervenção Psicossocial , Equipe de Enfermagem

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 209 - INCLUSÃO DE TRABALHADORES COM DEFICIÊNCIA NO AMBIENTE HOSPITALAR: DA PRÁTICA PROFISSIONAL À CRIAÇÃO DE UMA COMISSÃO DE DIVERSIDADE E INCLUSÃO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Flávia Zanini Ribeiro dos Santos[1], Carla Rayane dos Santos[2]



[1]Hospital da Mulher Prof. Dr. José Aristodemo Pinotti - CAISM / Unicamp, [2]Hospital da Mulher Prof. Dr. José Aristodemo Pinitti - CAISM / Unicamp

O presente relato descreve a criação de uma Comissão de Diversidade e Acolhimento de Pessoas com Deficiência (PcDs) em um hospital universitário do interior do estado de São Paulo (Brasil), bem como a atuação de duas psicólogas organizacionais e do trabalho na construção desse processo. A demanda para a criação dessa comissão emergiu diante do aumento da contratação de PcDs, em cumprimento à Lei nº 8.213/1991, sem a existência prévia de um processo institucional estruturado de acolhimento, além de solicitações de adaptação laboral por parte de funcionários com diagnósticos tardios de condições neurodivergentes.

Assim, das intervenções que eram efetivadas, estavam as das duas psicólogas com o objetivo promover a inclusão a partir do acolhimento psicológico, mediação institucional e sensibilização das equipes, em consonância com a Lei nº 13.146/2015, com a realização de acompanhamentos individualizados, identificação de barreiras no ambiente de trabalho, articulação com lideranças e proposição de adaptações. Desde agosto de 2025, ações psicoeducativas, como capacitações e palestras voltadas a lideranças, equipes e profissionais de recursos humanos, também são promovidas.

A complexidade das demandas evidenciou a necessidade de uma instância permanente, resultando na criação de uma Comissão, aprovada para implantação em 2026, com participação prioritária de profissionais com deficiência do hospital e outros representantes institucionais. Todas as estratégias de intervenção, desde então, são construídas de forma participativa com todos os membros, alinhadas ao princípio “nada sobre nós sem nós”.

Como resultados iniciais, observou-se maior conscientização dos trabalhadores do hospital acerca da inclusão, expressa na ampliação da corresponsabilização das lideranças e no fortalecimento de espaços institucionais de escuta. Ademais, por se tratar de uma iniciativa recente, os efeitos e resultados da Comissão ainda se encontram em processo de acompanhamento e análise. Ainda assim, as mudanças mostram-se perceptíveis no cotidiano organizacional, especialmente no que se refere ao fortalecimento dos espaços de escuta e ao engajamento institucional com a pauta da inclusão.

Caracteriza-se evidenciado, portanto, que essa experiência contribui para a construção de um ambiente de trabalho mais acessível e equitativo, destacando o papel da Psicologia Organizacional e do Trabalho na promoção da inclusão, diversidade e direitos humanos no contexto laboral.

Palavras-Chave: Inclusão de Pessoas com Deficiência; Psicologia Organizacional e do Trabalho; Diversidade e Inclusão; Acessibilidade no Trabalho.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 220 - AVALIAR PARA CUIDAR – AVALIAÇÃO DE RISCOS PSICOSSOCIAIS NO INTERNATO MÉDICO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Teresa Rebelo Neves Vinhas Frade[1], Catarina Maria Monteiro Morais Troncão dos Santos[1]

[1]Administração Central do Sistema de Saúde, I. P.



A exposição a riscos psicossociais no contexto laboral pode comprometer significativamente a saúde mental e o desempenho profissional, sendo especialmente crítica em ambientes exigentes como o Internato Médico, a formação especializada pós-graduada obrigatória para médicos recém-licenciados, permitindo o exercício de uma especialidade.

O projeto Avaliar para *Cuidar* tem como objetivo avaliar os riscos psicossociais no contexto do Internato Médico em Portugal, em particular dos Médicos Internos e dos seus respetivos Orientadores de Formação, dando continuidade ao primeiro estudo com escala nacional que avaliou sintomas de *Burnout* em médicos internos em 2023, em linha com orientações da agência de informação da União Europeia em matéria de segurança e saúde no trabalho que reforçam a necessidade de investimento contínuo em reformas no contexto da saúde, sobretudo quanto à saúde mental dos seus profissionais.

O estudo adota uma metodologia mista, integrando a aplicação do *Copenhagen Psychosocial Questionnaire II* a uma amostra nacional de médicos internos e orientadores de formação, bem como a realização de *focus groups* para aprofundamento qualitativo de dimensões identificadas como críticas.

Os resultados sugerem a presença de níveis relevantes de exigência psicológica e carga de trabalho, bem como desafios ao nível do equilíbrio trabalho-vida pessoal e do suporte organizacional. Os dados qualitativos reforçam a complexidade destas experiências, evidenciando a necessidade de estratégias institucionais mais estruturadas e consistentes.

Dada a sua natureza complexa e multidimensional, os resultados destacam a necessidade de uma avaliação sistemática e contínua dos riscos psicossociais neste contexto por forma a sustentar decisões baseadas em evidência e suportar o desenho de intervenções organizacionais dirigidas à melhoria dos ambientes de aprendizagem clínica.

Palavras-Chave: Riscos Psicossociais; Internato Médico; Copenhagen Psychosocial Questionnaire II; Burnout.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 226 - TOXIC ENVIRONMENTS BY DESIGN: A SCENARIO-BASED EXPERIMENT ON LEADERSHIP, CULTURE, AND EMPLOYEE SILENCE

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Diogo Miguel[1], António Rosinha[2]

[1]Iscte- Instituto Universitário de Lisboa, [2]Instituto Piaget de Almada

Organizational silence, defined as the deliberate withholding of ideas, concerns, or opinions by employees, represents one of the most pervasive yet underexamined threats to organizational health and innovation. While existing research has explored its correlates through survey-based methodologies, few studies have experimentally manipulated the conditions under which silence emerges. The present study addresses this gap through a quasi-experimental scenario-based design that varies two key organizational dimensions, toxic leadership and rule-based organizational culture, while examining the moderating potential of psychological capital across four forms of employee silence: acquiescent, quiescent, prosocial, and opportunistic. A sample of 200 Portuguese workers was distributed across four scenarios (n = 50), each combining high and low levels of toxic leadership with high and low rule culture. Psychological capital was assessed using the Compound PsyCap Scale (CPC-12) and silence through the Four Forms of Employee Silence instrument. This design was deliberately structured to mitigate common method bias. ANOVA results revealed highly significant differences across conditions, with high toxic leadership combined with high rule culture producing the greatest silence levels, explaining over 77 percent of variance. Psychological capital correlated negatively with all silence forms, with optimism as the strongest predictor. However, moderation analyses did not confirm significant interaction effects for either psychological capital or rule culture on the leadership-silence relationship. These findings provide experimental evidence that employee silence is a contextually embedded response to dysfunctional leadership and normative organizational structures, reinforcing the primacy of ethical and supportive leadership as the cornerstone of silence reduction strategies.

Palavras-Chave: Toxic Leadership , Organizational Culture , Psychological Capital , Organizational Silence

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 231 - PERCEÇÃO DE CRIME NAS REPRESENTAÇÕES SOCIAIS DE POLÍTICAS DE PROTEÇÃO EM 10 PAÍSES EUROPEUS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Paulo Jorge Nogueira Ramos[1], Lisete dos Santos Mendes Mónico[2]

[1]FPCEUC, [2]CINEICC

As perceções de crime são relevantes para a forma como os Estados se estruturam, na medida em que podem influenciar a mobilização de cidadãos, as agendas políticas e os próprios resultados eleitorais. Assim, estudar, através da Teoria das Representações Sociais, os tipos de criminalidade que os cidadãos associam a políticas de proteção permite compreender a base psicossocial deste fenómeno. Realizou-se um questionário a 8,999 cidadãos de 10 países europeus – Alemanha, Dinamarca, França, Irlanda, Itália, Polónia, Portugal, Reino Unido, República Checa e Suécia – seguido de uma análise prototípica, com o objetivo de identificar as representações sociais de políticas de proteção. No total, foram identificadas 784 expressões associadas à categoria crime, distribuídas entre núcleo central e primeira periferia. A análise da categoria crime evidenciou padrões transversais e diferenças regionais. O cibercrime surgiu em todos os contextos, ainda que com abordagens distintas: mais técnicas e preventivas no Norte e Oeste da Europa, e mais centradas na fraude no Sul. A corrupção foi outro eixo diferenciador, principalmente nos

países do Sul e do Leste, como Portugal, Itália ou Polónia, e menos presente nos países nórdicos. O crime organizado revelou igualmente variações: em Itália e França associa-se a estruturas organizadas tradicionais, enquanto no Norte, especialmente na Suécia, predomina associada a gangues. A violência interpessoal também é transversal ainda que com diferentes ênfases, destacando-se a violência doméstica em alguns contextos (e.g., Portugal) e a violência armada noutros (e.g. Suécia). Por fim, crimes como roubo e furto coexistem com formas digitais de criminalidade, refletindo uma dualidade entre crime físico e online. Foi ainda analisada a categoria terrorismo que, embora mais residual, surge no núcleo central no caso da França. Este estudo contribuiu para a compreensão do crime enquanto fenómeno não apenas objetivo, mas também socialmente construído, evidenciando o papel das representações sociais na definição das prioridades securitárias. Ao identificar padrões comuns e diferenças regionais entre países europeus, demonstra-se a existência de uma geografia das perceções de crime. O estudo oferece evidência empírica comparativa que reforça a importância de integrar e responder às perceções dos cidadãos na formulação das políticas públicas, contribuindo para uma maior adequação, legitimidade e confiança institucionais.

Palavras-Chave: crime , representações sociais , políticas de proteção

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 237 - LITERACIA TEMPORAL E SISTEMAS TEMPORAIS: DIAGNÓSTICO E INTERVENÇÃO PSICOSSOCIAIS NUMA ABORDAGEM MULTINÍVEL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Paulo Jorge Nogueira Ramos[1]

[1]FPCEUC

Os ritmos de vida contemporâneos são crescentemente marcados por processos de aceleração social, impulsionados por transformações tecnológicas e institucionais que intensificam a densidade e a velocidade dos eventos sociais. Este contexto implica uma crescente compressão temporal, traduzida no aumento das exigências por unidade de tempo e na intensificação dos ritmos de ação, gerando tensões e dessincronizações – ou sincronizações inadaptativas - entre os sistemas temporais em que os indivíduos se inserem e a sua experiência subjetiva do tempo. Estas dinâmicas têm sido associadas a impactos significativos na saúde mental e física, incluindo o aumento da ansiedade, perturbações do sono e burnout, bem como a formas de alienação e a uma crescente desarticulação entre esferas de vida. Paralelamente, contribuem para a erosão da participação cívica, num contexto caracterizado pela economia da atenção e pela sobrecarga informacional, que favorecem formas imediatistas e fragmentadas de envolvimento democrático. As abordagens existentes tendem a tratar as questões do tempo, do ritmo e da sincronização de forma fragmentada, ora como recurso individual (gestão do tempo), ora como variável psicológica (perceção temporal), negligenciando a sua dimensão social, política, sistémica e relacional. Neste contexto, a presente comunicação propõe o conceito de literacia temporal enquanto competência que integra a compreensão, negociação e organização de sistemas temporais multinível – individuais, grupais, organizacionais e sociais. Esta perspetiva ultrapassa a noção de tempo meramente disponível, incorporando a qualidade, a adequação e a articulação dos usos do tempo em diferentes esferas da vida. Argumenta-se que o desenvolvimento desta literacia pode promover mecanismos de coping adaptativos, contribuindo para a mitigação dos efeitos da aceleração social e para uma melhor articulação entre esferas pessoais, profissionais e cívicas, potenciando formas de autonomia e resiliência temporal. Através de uma abordagem interdisciplinar que articula contributos da sociologia e

da psicologia, este trabalho visa discutir as implicações deste conceito para o diagnóstico e a intervenção psicossociais, bem como para o desenho de políticas públicas sensíveis à dimensão temporal.

Palavras-Chave: literacia temporal , sistemas temporais , diagnóstico psicossocial , intervenção psicossocial

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 239 - RETORNO AO TRABALHO APÓS INCAPACIDADE ADQUIRIDA: DESENVOLVIMENTO DE UMA METODOLOGIA NACIONAL DE INTERVENÇÃO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Andreia Mota[1], João Leite[1], Ana Ervedosa[2], Ana Paula Viana[2], Pedro Teixeira[3]

[1]CRPG – Centro de Reabilitação Profissional, [2]Instituto do Emprego e Formação Profissional, IP, [3]Escola de Medicina da Universidade do Minho; CRPG – Centro de Reabilitação Profissional

Introdução e objetivos

O retorno ao trabalho (RT) após afastamento prolongado devido a doença ou acidente é um processo complexo que desempenha um papel central na recuperação física e psicológica das pessoas. Apesar da sua relevância, persistem lacunas na sistematização de práticas baseadas na evidência em Portugal. No âmbito da Estratégia Nacional para a Inclusão das Pessoas com Deficiência 2021–2025, foi preconizado o desenvolvimento de uma metodologia nacional de apoio ao RT. Este trabalho apresenta o processo de desenvolvimento e a estrutura dessa metodologia, atualmente em implementação piloto.

Método

Adotou-se um desenho metodológico misto, faseado e participativo: (1) revisão de literatura, centrada em revisões sistemáticas sobre modelos conceptuais e determinantes do RT; (2) auscultação nacional de *stakeholders*, incluindo pessoas com incapacidade adquirida, empregadores, técnicos do IEFP e de entidades de reabilitação profissional, profissionais de saúde e associações, através de questionários (n=1086), grupos focais e entrevistas semiestruturadas. Os dados foram analisados por métodos quantitativos e qualitativos.

Resultados

Os resultados evidenciam que o RT é um processo complexo, dinâmico e multidimensional, que envolve fatores individuais, organizacionais e sistémicos, que requer a mobilização de apoios especializados e é favorecido pela coordenação intersectorial das políticas. Identificaram-se barreiras críticas, nomeadamente baixo acesso a apoios especializados, desconhecimento de medidas existentes, estigma e práticas inclusivas ainda não generalizadas. Com base nestes dados, foi desenvolvida uma metodologia estruturada em dois eixos: (i) apoio ao RT, dirigido à pessoa e ao empregador, operacionalizado em quatro etapas

flexíveis: avaliação e construção do plano de reabilitação profissional, preparação do RT, RT e acompanhamento, e promoção do desenvolvimento de carreira; (ii) consciencialização e capacitação dos contextos, como entidades empregadoras e instituições de saúde.

Conclusões

Este trabalho apresenta o primeiro modelo nacional de apoio ao RT de pessoas com incapacidade adquirida em Portugal. A sua implementação piloto em 5 zonas do país permitirá avaliar a sua eficácia e aplicabilidade, contribuindo para serviços públicos mais ajustados às necessidades das pessoas com incapacidades adquiridas e dos empregadores. Evidencia ainda o contributo decisivo da psicologia na reabilitação profissional e nas organizações de trabalho.

Palavras-Chave: retorno ao trabalho , incapacidade adquirida , reabilitação profissional , metodologia de intervenção

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 253 - LIDERANÇA, TRABALHO EM EQUIPA, RENDIMENTO E COMPROMETIMENTO ORGANIZACIONAL: ESTUDO NUMA ORGANIZAÇÃO EMPRESARIAL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Marcela Almeida Alves[1], Ana Rita Macedo Ribeiro[2], A. Rui Gomes[3]

[1]Grupo de Investigação Adaptação, Rendimento e Desenvolvimento Humano. Escola de Psicologia. Universidade do Minho. Braga, Portugal., [2]Escola de Psicologia. Universidade do Minho. Braga, Portugal., [3]Centro de Investigação em Psicologia. Escola de Psicologia. Universidade do Minho. Braga, Portugal.

Este estudo analisou a relação entre os estilos de liderança e três dimensões da atividade profissional (trabalho em equipa, rendimento profissional e comprometimento organizacional), numa multinacional que utiliza o método Scrum. Mais concretamente, comparou a perceção dos membros de equipa acerca da liderança de dois responsáveis de equipa; comparou a perceção dos membros de equipa com a perceção dos líderes, sobre a sua própria liderança; e analisou o valor preditivo dos estilos da liderança no trabalho em equipa, na perceção de rendimento profissional e no comprometimento organizacional. Participaram no estudo 166 colaboradores, dos quais 24 eram Product Owners, 19 eram Scrum Masters e 123 eram membros de equipa. Os resultados demonstraram que os dois responsáveis de equipa foram avaliados de forma semelhante, mas o Product Owner apresentou mais comportamentos de liderança transformacional. Além disso, os responsáveis de equipa autoavaliaram a sua liderança de forma mais positiva que os membros de equipa. Por último, os estilos de liderança, sobretudo as dimensões de feedback positivo e gestão ativa, foram importantes na explicação das três variáveis caracterizadoras do funcionamento dos colaboradores. Este estudo também permitiu aumentar a compreensão da relação entre a liderança e o trabalho em equipas autónomas e autogeridas.

Palavras-Chave: Comprometimento organizacional, Liderança organizacional, Metodologias àgeis, Rendimento profissional, Trabalho em equipa



Resumo Completo (Ficheiro)

PO 263 - PROGRAMA GESTÃO DE STRESS E BURNOUT

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Margarida da Fonseca Callé Rodrigues Dray[1], Tania Gaspar[1]

[1]Aventura Social - Associação

O burnout e a promoção de ambientes de aprendizagem e de trabalho saudáveis assumem hoje particular relevância, num contexto marcado por exigências crescentes, instabilidade social e sobrecarga emocional. Compreender os fatores que comprometem o bem-estar de estudantes e profissionais é essencial para prevenir trajetórias de sofrimento psicológico e apoiar contextos mais protetores, participativos e sustentáveis.

No âmbito do Observatório dos Ambientes de Aprendizagem Saudável e Participação Juvenil (Gaspar et al., 2025), participaram 2339 estudantes, 65,5% do sexo feminino, com idades entre os 17 e os 35 anos (M=22,91; DP=5,20). Os resultados mostram que 70% refere pelo menos um sintoma de burnout e 31% apresenta cumulativamente exaustão, irritabilidade e tristeza. Mais de 60% revela dificuldades na gestão do stress, nomeadamente em controlar aspetos importantes da vida, confiar na sua capacidade para lidar com problemas e ultrapassar dificuldades acumuladas.

No estudo do Laboratório Português de Ambientes de Trabalho Saudáveis – LABPATS (Gaspar et al., 2025), participaram 3822 profissionais, 70,6% do sexo feminino, com idades entre os 20 e os 78 anos (M=44,00; DP=10,78), provenientes de diferentes setores de atividade. Verificou-se que 85% refere pelo menos um sintoma de burnout e 39% apresenta, em simultâneo, exaustão, irritabilidade e tristeza. Mais de 65% evidencia dificuldades na gestão do stress, com baixa perceção de controlo, menor confiança pessoal e sentimento de acumulação de problemas.

Perante estes resultados, foi desenvolvido um programa de prevenção do burnout e promoção de competências de gestão do stresse dirigido a estudantes e profissionais. O programa inclui um manual estruturado para formadores, organizado em três temas, cada um com três sessões, integrando atividades interativas, reflexão individual e exercícios práticos. A proposta combina conhecimento científico e aplicabilidade, procurando reforçar a literacia em saúde psicológica e a capacitação pessoal e profissional.

Este trabalho constitui um contributo relevante para a promoção da saúde mental, ao reforçar fatores de proteção e competências de autorregulação, e para a sustentabilidade social e organizacional, ao favorecer contextos mais saudáveis, produtivos e humanizados. Acresce o seu potencial de apoio à definição de políticas públicas de prevenção, intervenção precoce e promoção do bem-estar em contextos educativos e laborais.

Palavras-Chave: burnout , stress , gestão , trabalho

Resumo Completo (Ficheiro)



PO 269 - AVALIAÇÃO DE CONTEÚDO EMOCIONAL NO PROCESSO DE CONSTRUÇÃO DE POLÍTICAS DE HABITAÇÃO EM PORTUGAL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Fernanda Maria Costa de Jesus[1], Ana Filipa Carvalho Neves[1], Lisete dos Santos Mendes Mónico[1]

[1]Universidade de Coimbra, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

A análise apresentada integra um projeto de investigação europeu em curso que explora as raízes emocionais dos processos de construção de políticas, concretamente políticas de proteção, bem como as consequências emocionais desses processos para os indivíduos, sociedades e para a própria democracia.

Apesar da inexistência de uma definição consensual, as políticas de proteção são geralmente entendidas como aquelas apresentadas pelos atores políticos ou percebidas pela comunidade como responsáveis por assegurar a segurança e a proteção aos cidadãos (Albertson & Gadarian, 2015; Shvetsova et al., 2022). Os sentimentos de insegurança podem ser desencadeados por acontecimentos concretos, como por exemplo uma guerra, uma pandemia ou uma crise económica, mas podem também ser influenciados pelos próprios atores políticos, ao definirem o contexto e ao criarem as condições que justificam a adoção de determinadas políticas de proteção. Consideramos que as emoções, vistas como processos complexos que integram sistemas de objetivos e desempenham funções adaptadas ao contexto (Lewis et al., 2008; Oattley et al., 2018), estão presentes na perceção das necessidades de proteção e podem também ser mobilizadas pelos decisores na construção de políticas que a essas necessidades respondam (Sanchez-Salgado, 2023). Nesta comunicação elege-se a habitação como caso de estudo da utilização das emoções na construção de políticas públicas que tragam segurança aos cidadãos.

O direito à habitação é um direito humano fundamental contemporaneamente ameaçado pelos elevados preços das casas, cuja proteção pode ser distintamente enquadrada e politizada. Analisamos o conteúdo de debates do Parlamento Português em períodos de crise pandémica e inflacionista (março de 2020 a março de 2024) orientados pelas seguintes questões de investigação: Como conceptualizam os atores políticos as políticas de proteção?; Que políticas de habitação são propostas e discutidas?; Que necessidades ou ameaças são identificadas e abordadas por essas políticas?; De que forma são ativadas ou desencadeadas emoções quando estas políticas e os argumentos que as sustentam são apresentados? Os principais resultados são apresentados e discutidos à luz das teorias sobre a expressão e função das emoções, bem como da psicologia social política.

Palavras-Chave: Emoções , Políticas públicas , Habitação

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 273 - REPRESENTAÇÕES SOCIAIS DE PROTEÇÃO: DIFERENÇAS ENTRE GRUPOS SOCIAIS CONSIDERANDO A SUA POSIÇÃO FACE AO EMPREGO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Renata Brecher Müller[1], Lisete dos Santos Mendes Mónico[2], Sofia Morgado Pereira[3]

[1]Universidade de Coimbra, [2]Universidade de Coimbra, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Centro de Investigação em Neuropsicologia e Intervenção Cognitivo-Comportamental (CINEICC), [3]Universidade dos Açores, Faculdade Ciências Sociais e Humana, Centro Universitário de Investigação em Psicologia (CUIP)

As sociedades são compostas por grupos sociais que diferem em vivência, entendimento da realidade e acesso a direitos como a proteção. Segundo a Teoria do Núcleo Central das Representações Sociais, os significados atribuídos a objetos sociais, como a proteção, são partilhados entre membros de um mesmo grupo ou categoria social. A estes significados estão associados elementos de caráter afetivo, definidos por contactos anteriores com o objeto alvo de representação. Apesar da vasta literatura sobre representações sociais, estudos sobre as representações sociais de proteção e sobre as suas diferenças entre grupos sociais são escassos. Assim, este estudo explora os significados atribuídos à proteção por 11.690 participantes residentes em 11 países, considerando a sua situação perante o emprego. São analisadas semelhanças e diferenças e a presença de elementos de cariz afetivo. Os dados foram recolhidos através de um questionário online de autorrelato utilizando a Técnica da Evocação Livre. A análise de dados envolveu a tradução e homogeneização de palavras e significados em dois passos, resultando em 16 categorias e Análise Prototípica. Os resultados indicaram que as representações sociais de proteção diferem consoante a situação face ao emprego. Ademais, estes sugerem que a proteção é considerada como multidimensional e associada a elementos afetivos. Os resultados podem ser utilizados para fundamentar políticas de proteção que vão ao encontro das expectativas e necessidades dos grupos estudados.

Palavras-Chave: Representações sociais; proteção; posição face ao emprego; políticas de proteção.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 288 - CONEXÃO E EMPATIA NO TRABALHO: A TRAJETÓRIA DA CNV COM SERVIDORES DE UM CENTRO DE SAÚDE DA COMUNIDADE UNIVERSITÁRIA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

DANIELE TEODORO[1]

[1]Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP)

Introdução: No ambiente universitário, a pressão por excelência e a complexidade das relações podem desgastar o clima organizacional. O Centro de Saúde da Comunidade (CECOM/Unicamp), focado na promoção e assistência à saúde, busca manter a qualidade do cuidado sob alta demanda. Nesse cenário, a Comunicação Não Violenta (CNV), de Marshall Rosenberg, surge como tecnologia social para humanizar o trabalho, promover empatia e mitigar riscos psicossociais, como estresse e burnout.

Objetivos: Implementar ferramentas da CNV no CECOM para reduzir conflitos, transformar padrões agressivos de comunicação, estabelecer espaços de diálogo seguro e elevar o engajamento e a colaboração entre diferentes níveis hierárquicos.

Metodologia: Projeto de intervenção estruturado em quatro eixos:

1. **Diagnóstico:** Entrevistas com os gestores das áreas e mapeamento das necessidades específicas de comunicação.
2. **Sensibilização:** Palestra inaugural para funcionários com docente certificado internacionalmente e conteúdos audiovisuais explicativos sobre o tema.
3. **Capacitação:** Oficinas práticas (6h totais em 4 encontros) para grupos de 10 a 20 pessoas. Conteúdo: Linguagem Alienante; os 4 componentes (Observação, Sentimento, Necessidade e Pedido); "Dança da CNV" em situações de conflito e Escuta Ativa.
4. **Sustentabilidade:** Rodas de prática bimestrais permanentes para servidores que realizaram a capacitação, garantindo a manutenção do aprendizado e a troca de experiências entre áreas.

Avaliação e Resultados: A eficácia foi aferida via questionários qualitativos. O feedback indicou alta relevância do tema e sua aplicabilidade prática. Destacou-se a conveniência do treinamento no local de trabalho e a demanda por grupos de prática supervisionada. Nas rodas de prática bimestrais, destacaram o fortalecimento das conexões interpessoais e a importância da manutenção de espaços seguros para o exercício contínuo da escuta ativa e da empatia.

Impacto Almejado: Espera-se a consolidação de uma cultura de paz com gestão construtiva de conflitos, a excelência no atendimento à comunidade acadêmica e a institucionalização da CNV nas diretrizes de gestão de pessoas da unidade.

Conclusão: A implementação da CNV no CECOM demonstra ser uma estratégia eficaz de gestão e promoção da saúde do trabalhador, essencial para o desenvolvimento de competências socioemocionais em equipes de saúde.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 303 - PROJETO DE MANUAL PARA EMPRESAS: O MINDSET DA COMPAIXÃO ORGANIZACIONAL - UMA PRÁTICA ESSENCIAL NA GESTÃO E NA CULTURA CENTRADA NO SER HUMANO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Leonor Araújo[1], Helena Marujo[1]

[1]ISCSP- Universidade de Lisboa

Em 2020, Leonor Araújo defendeu a sua pesquisa de doutoramento no Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas, na Universidade de Lisboa, em que aprofundou a compreensão da compaixão nos ambientes de trabalho e a sua relação com características e práticas organizacionais. Nesta pesquisa foi demonstrada a visão da compaixão organizacional como um fenómeno multidimensional, abrangente e integrador, influenciado por dimensões altruístas e estratégicas, em contextos interpessoais e institucionais (Araújo, Simpson, Marujo, & Lopes, 2019). Constatou-se que dimensões de compaixão como “avaliação”, “tipo de resposta” e “características organizacionais compassivas” se relacionam positivamente com as dimensões de aumento de

"recursos laborais estruturais", "sociais" e "desafiantes" do *job crafting* (moldagem individual do trabalho) (Araújo, Marujo, Lopes, Pereira, 2022).

O desenvolvimento de um manual para empresas sobre o *mindset* de compaixão organizacional permitirá consciencializar gestores e líderes de características, práticas e modelos de gestão que podem obstaculizar respostas humanas e compassivas nos ambientes de trabalho, garantindo que a compaixão organizacional se traduza em benefícios para os colaboradores e contextos laborais.

O principal objetivo deste manual é promover ambientes de trabalho éticos, harmoniosos e humanizados, considerando tanto recursos individuais como coletivos que facilitem respostas e práticas compassivas e que reduzam o risco de fadiga por compaixão.

Palavras-Chave: compaixão organizacional; características e práticas organizacionais; manual e recursos; ambientes harmoniosos e humanizados.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 304 - AMEAÇA DO ESTEREÓTIPO: CONTRIBUTOS DE UMA AUSCULTAÇÃO A DOCENTES SOBRE O USO DE LINGUAGEM ESTEREOTIPADA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Cláudia Maria Lima Vieira dos Santos Múrias[1]

[1]Trabalhadora Independente

A teoria da ameaça do estereótipo (Steele & Aronson, 1995) afirma que as pessoas pertencentes a grupos associados a estereótipos negativos podem sentir uma ansiedade e um estresse elevados por receber de confirmar esses mesmos estereótipos, resultando na queda de desempenho, autoeficácia, autoestima, motivação e comprometimento, na sub-representação em determinadas áreas de estudo (Miller et al., 2024) ou no abandono escolar precoce (Mendes et al., 2014), concretizando profecias autorrealizadas que contribuem para a manutenção a longo prazo das desigualdades sociais (Inzlicht et al., 2011).



A exposição persistente à ameaça do estereótipo diminui a qualidade da educação, por inibir a partilha de ideias e reduzir as oportunidades de aprendizagem (Rubie-Davies, 2015), e criar ambientes tensos e conflituosos (Dovidio et al., 2010), por destruir as pessoas alvo de estereótipos negativos, conduzindo ao esgotamento do ego, com perda da capacidade de regulação emocional e de controlo de impulsos, e, como resultado, à manifestação de atos de agressividade reativa (Stucke & Baumeister, 2006).

Os adágios — provérbios e ditos tradicionais que surgem espontaneamente em conversas informais — refletem a sabedoria popular, o senso comum, moldando a identidade cultural de um povo através do reforço e naturalização de estereótipos e ideias simplificadas sobre grupos de pessoas, sustentando modos de pensar, ser e agir numa estrutura social com tradições hierárquicas e desigualitárias (Souta, 1997). Por vezes veiculam atitudes preconceituosas, de natureza sexista, racista, capacitista, idadista, étnica, religiosa ou nacionalista, constituindo uma forma de linguagem estereotipada capaz de ativar a ameaça do estereótipo quando usada no cotidiano educativo.

Este estudo pretende conhecer a opinião de docentes sobre a frequência com que a linguagem estereotipada — operacionalizada em provérbios ou ditados populares — é usada nas conversas cotidianas em contexto de educação-formação e qual o impacto que tem no ambiente e na dinâmica de aprendizagem.

No primeiro momento foi feito um levantamento por questionário (N=114), buscando identificar a natureza, a prevalência e as consequências observadas do uso de linguagem estereotipada. Num segundo momento, foi dinamizado um workshop (N=15) para identificar as estratégias de resolução de conflitos mais eficazes.

Conclui-se, refletindo sobre as implicações para a formação de docentes.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 318 - INVISIBILIDADE LABORAL: RELAÇÕES COM O TRABALHO DIGNO NA LIMPEZA HOSPITALAR EM PORTUGAL | BEM-ESTAR PSICOLÓGICO E EXPOSIÇÃO À VIOLÊNCIA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Sofia Lúcia Rocha da Silva[1]

[1]Universidade de Évora

A invisibilidade laboral constitui um fenómeno estrutural que atravessa diferentes contextos organizacionais, sendo particularmente evidente no trabalho de limpeza hospitalar. Apesar do papel essencial destes profissionais na prevenção de infeções e na segurança dos doentes, a literatura evidencia a sua posição periférica nas hierarquias organizacionais, marcada por desvalorização simbólica, precariedade laboral e exclusão dos processos de tomada de decisão e de reconhecimento organizacional. O conceito de Trabalho Digno, enquanto constructo multidimensional que integra condições materiais e experiências subjetivas do trabalho, oferece o enquadramento teórico à luz do qual esta realidade será analisada. Neste contexto, a invisibilidade laboral é conceptualizada não apenas como ausência de reconhecimento, mas como um fenómeno organizacional multidimensional, operacionalizado através das dimensões simbólica, epistemológica, económica e digital. Neste sentido, analisa-se de que forma estas dimensões se articulam com o cumprimento das diferentes dimensões do Trabalho Digno e as suas implicações para o bem-estar psicológico e a exposição à violência física e psicológica no trabalho, considerando o papel moderador do tipo de vínculo laboral. O presente projeto tem como objetivo analisar as relações entre invisibilidade laboral e as dimensões do Trabalho Digno no contexto da limpeza hospitalar em Portugal. Para tal, adota-se uma abordagem de métodos mistos que integra uma revisão sistemática da literatura, um estudo qualitativo centrado na experiência dos trabalhadores e um estudo quantitativo orientado para a análise das associações entre variáveis, considerando o papel mediador das dimensões do Trabalho Digno. Espera-se que os resultados contribuam para uma compreensão mais aprofundada da invisibilidade laboral enquanto fenómeno estrutural, bem como para a análise da sua relação com as condições de Trabalho Digno e as vulnerabilidades psicossociais associadas. O projeto pretende, assim, contribuir para a identificação de fatores organizacionais e estruturais que moldam a experiência de trabalho, informando o desenvolvimento de intervenções mais contextualizadas e disponibilizando evidência empírica para apoiar as organizações na valorização, reconhecimento e melhoria contínua das condições de trabalho destes profissionais.

Palavras-Chave: Invisibilidade Laboral; Trabalho Digno; Bem-Estar Psicológico; Violência no Trabalho

PO 354 - PRONTIDÃO PARA A LIDERANÇA E PERCEÇÃO DE RENDIMENTO: ESTUDO EM CONTEXTO ORGANIZACIONAL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Marcela Almeida Alves[1], Emanuel Penada da Cunha[2], Clara Simães[3], A. Rui Gomes[4]

[1]Grupo de Investigação Adaptação, Rendimento e Desenvolvimento Humano. Escola de Psicologia. Universidade do Minho. Braga, Portugal., [2]Escola de Psicologia. Universidade do Minho. Braga, Portugal., [3]Health Sciences Research Unit: Nursing (UICISA: E), Escola de Enfermagem de Coimbra (ESEnfC). Coimbra, Portugal. Escola de Enfermagem. Universidade do Minho. Braga, Portugal., [4]Centro de Investigação em Psicologia. Escola de Psicologia. Universidade do Minho. Braga, Portugal.

Este estudo foi realizado no setor da indústria, analisando a relação entre a perceção que os colaboradores sobre a prontidão para a liderança das respetivas chefias e a perceção de rendimento profissional que os colaboradores assumem face ao trabalho. A amostra foi composta por 236 colaboradores (51% do sexo feminino), tendo-lhes sido solicitada a resposta a instrumentos de

avaliação da liderança (ciclos de liderança, estilos de liderança e fatores antecedentes da liderança) e do rendimento profissional. A análise de clusters permitiu identificar três perfis de prontidão para a liderança percebidos pelos colaboradores. Com base nestes perfis, destaca-se: (a) perfis mais positivos de liderança correspondem a maior perceção de rendimento profissional; (b) os perfis de liderança percebidos pelos colaboradores não variaram em função das suas características sociodemográficas. Em síntese, este estudo demonstra uma relação entre a perceção de prontidão para a liderança e a perceção de rendimento profissional nos colaboradores.

Palavras-Chave: Liderança; Prontidão; Estilos de Liderança; Perfis de liderança; Rendimento; Organizações.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 363 - GÉNERO E PAPÉIS NO TRABALHO DE EQUIPA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Maria Beatriz Vale Dias[1]

[1]Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra

A realidade das organizações atuais baseia-se em modelos organizacionais que se destacam na construção, formação e desenvolvimento de equipas de trabalho. As organizações que sobressaem e sobrevivem num mercado altamente competitivo e em constante mudança são aquelas que investem nos seus trabalhadores, desenvolvendo e retendo os seus talentos. O trabalho em equipa permite a troca dinâmica de conhecimentos e sinergias que contribuem para o sucesso organizacional. Entre os fatores que influenciam o trabalho em equipa colocam-se certas questões de género, havendo alguma controvérsia nos resultados encontrados na literatura. Além disso, sendo que as ideias acerca dos papéis de género podem apresentar alterações de acordo com a época, torna-se relevante adensar a pesquisa. Este estudo tem como objetivo contribuir para uma melhor compreensão dos papéis que cada género tende a adotar dentro de equipas de trabalho, analisando se existem diferenças significativas em função do género nos nove tipos de papéis em equipa propostos por Belbin.
Recorrendo a uma amostra de 114 sujeitos de ambos os géneros (50 mulheres), com uma média de idades de 26 anos, a recolha de dados foi efetuada através da aplicação online de um questionário sociodemográfico e do questionário OPQ32r (Occupational Personality Questionnaire), desenvolvido para descrever um conjunto de preferências e tendências comportamentais presentes no contexto de trabalho. Os resultados mostraram diferenças estatisticamente significativas em seis dos nove papéis de equipa, de acordo com o género. Em média, os participantes do género masculino revelaram uma tendência significativamente maior para adotar os papéis de Dinamizador, Coletor de Recursos e de Avaliador Analítico, enquanto as participantes do género feminino mostraram uma tendência significativamente maior para adotar os papéis de Harmonizadora, Finalizadora e Coordenadora.
Em conclusão, os resultados sugerem que os homens adotam papéis associados à extroversão e dominância, como se assumiu antes da aplicação do questionário. Por outro lado, as mulheres parecem acabar por se adaptar a papéis associados com a gentileza, calma e sensibilidade, características que

foram colocadas em hipótese. Quanto ao papel de Gerador/a de Ideias, a hipótese colocada não se verificou, pois foi assumido que não iria existir uma diferença entre os géneros, sendo que o género masculino relevou um maior destaque. As implicações destes resultados serão apresentadas.

Palavras-Chave: Género , Papéis em equipa , Organizações

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 393 - CAPITAL PSICOLÓGICO COMO RECURSO ESTRATÉGICO PARA LOCAIS DE TRABALHOS SAUDÁVEIS: PROGRAMA DE INTERVENÇÃO PARA A PROMOÇÃO DO CAPITAL PSICOLÓGICO (PIPP)

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Ana Paula Pinheiro Santana Ruiz[1], João Nuno Ribeiro Viseu[2], Saúl Neves de Jesus[3]

[1]Instituto Santana Ruiz, [2]Centro de Investigação em Educação e Psicologia, Universidade de Évora, [3]Centro de Investigação em Turismo, Sustentabilidade e Bem-Estar (CinTurs), Universidade do Algarve

O aumento dos riscos psicossociais e do desgaste psicológico dos trabalhadores tornam urgente a implementação de respostas estruturadas e cientificamente sustentadas nas organizações. A promoção da saúde psicológica no trabalho deixou de ser uma preocupação secundária, assumindo-se hoje como um imperativo estratégico para organizações que pretendem ser sustentáveis, produtivas e socialmente responsáveis. Como tal, torna-se particularmente relevante investir em recursos psicológicos positivos que capacitem os profissionais para lidar de forma mais adaptativa com as exigências do contexto laboral. Entre esses recursos, destaca-se o Capital Psicológico Positivo (PsyCap), entendido como um estado psicológico positivo de desenvolvimento, cuja relevância se expressa na sua associação a maiores níveis de engagement, desempenho, satisfação profissional e bem-estar. Neste âmbito, foi desenvolvido o PIPP, uma intervenção inovadora e estruturada destinada a promover o PsyCap em profissionais de saúde, reforçando recursos psicológicos essenciais para enfrentar desafios, sustentar a motivação e favorecer um funcionamento mais ajustado e saudável no trabalho. A elaboração do PIPP resultou de um percurso de investigação, orientado pelo Modelo de Locais de Trabalho Saudáveis da Organização Mundial da Saúde, do qual emergiu uma base científica sólida, assente em evidência teórica e empírica acumulada ao longo de diferentes estudos, permitindo desenvolver uma intervenção robusta, credível e ajustada às necessidades concretas dos contextos profissionais. Sustentado no modelo PsyCap Intervention, Psicologia Positiva, orientações da Ordem dos Psicólogos Portugueses e técnicas de Terapia Cognitivo-Comportamental, o PIPP foi delineado para promover mudanças ao nível cognitivo, emocional e comportamental. A intervenção procura fortalecer mecanismos protetores e desejáveis que favorecem o bem-estar psicológico, a adaptação às exigências laborais e a manutenção de níveis mais saudáveis de desempenho profissional. Os resultados preliminares evidenciam o seu potencial como uma estratégia de promoção do PsyCap e de mudança comportamental, com benefícios em múltiplos níveis, nomeadamente ao nível da capacitação psicológica dos trabalhadores, do funcionamento das equipas e da saúde e sustentabilidade organizacional. Deste modo, o programa apresenta-se como uma resposta prática à necessidade de prevenir riscos psicossociais e de promover ambientes laborais mais saudáveis e produtivos.

Palavras-Chave: Capital Psicológico , Saúde Ocupacional , Intervenção Organizacional , Riscos Psicossociais



Resumo Completo (Ficheiro)

PO 434 - PROMOVER COMPETÊNCIAS SOCIOEMOCIONAIS ATRAVÉS DA ARTE: EVIDÊNCIA DO IMPACTO SOCIAL DO PROJETO CRIARTE

Tipo: Poster

Tema: Psicologia do Trabalho, Social e das Organizações

Catarina Mano[1], Sofia Matias[1], Sofia Brito[1], Sandra Nogueira[1], Ana Cristina Silva[1], Luís Barbosa[1], Alexandra Serra[2], Rui Serôdio[1]

[1]Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, [2]Instituto Universitário de Ciências da Saúde - CESPU, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto

Abstract

O presente trabalho apresenta os resultados da avaliação de impacto social do projeto CriArte, uma intervenção implementada ao longo de três anos em contexto escolar, orientada para a promoção de competências pessoais, sociais e académicas através de práticas de expressão artística. Promovido pelo Município do Porto, o projeto foi desenvolvido em consórcio com cerca de uma dezena de entidades, sendo o SINCLab – Social Inclusion Laboratory responsável pela Medição de Impacto Social, sustentada em princípios de avaliação baseada na evidência.

A amostra integrou 883 alunos do 1.º ao 3.º Ciclos do Ensino Básico, distribuídos por quatro agrupamentos de escolas do município do Porto. Foi adotado um desenho quasi-experimental retrospetivo, com avaliação em dois momentos (pré e pós-intervenção), incidindo sobre múltiplas dimensões psicossociais, nomeadamente envolvimento escolar, autoestima, aceitação social, sentido de pertença, abertura ao outro e criatividade.

Os resultados evidenciam um impacto social positivo e estatisticamente significativo na generalidade das dimensões analisadas. Este efeito revelou-se particularmente expressivo entre crianças e jovens com níveis iniciais mais baixos de envolvimento escolar e menor valorização da escola, variáveis que emergiram como moderadores do impacto da intervenção. Verificou-se igualmente uma redução significativa do absentismo escolar, embora não se tenham observado melhorias estatisticamente significativas nas taxas de abandono escolar.

Estes resultados sustentam o CriArte enquanto intervenção eficaz na promoção de competências associadas ao sucesso educativo, reforçando a evidência sobre o papel das abordagens artísticas enquanto ferramentas psicopedagógicas promotoras de inclusão e desenvolvimento integral (Eisner, 2002; Winner et al., 2013). A integração de metodologias de Medição de Impacto Social, alinhadas com modelos como a Teoria da Mudança e a Cadeia de Valor do Impacto (Clark et al., 2004; OECD, 2015), permitiu não apenas aferir resultados, mas também produzir evidência robusta relevante para a tomada de decisão política. Neste sentido, os dados obtidos contribuem para sustentar o investimento público em programas que utilizam a fruição artística como vetor de desenvolvimento educativo e social, em linha com recomendações internacionais sobre políticas baseadas na evidência.

Resumo Completo (Ficheiro)



PO 9 - VALIDAÇÃO E ADAPTAÇÃO DA ONLINE PROACTIVE CAREER BEHAVIOR SCALE (OPCBS), EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS PORTUGUESES

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Vocacional e do Desenvolvimento da Carreira

Suzi Rodrigues[1], Olímpio Paixão[1], Beatriz Marcelo[1], Filipa Bértolo[1], Vítor Gamboa[1]

[1]Universidade do Algarve

O estudo que aqui se apresenta teve como objetivo geral adaptar e validar a *Online Proactive Career Behavior Scale* (OPCBS) para a população portuguesa, em estudantes do Ensino Superior (N = 299). Neste âmbito, foram definidos três objetivos específicos, que orientaram, o presente estudo: 1) analisar a estrutura interna da OPCBS, através da Análise Fatorial Confirmatória (AFC), recorrendo a modelação de equações estruturais, para testar quatro modelos (unifatorial, três fatores, hierárquico de segunda ordem e bifatorial); 2) verificar a fiabilidade dos fatores; e 3) confirmar a validade convergente da escala, através da análise das relações entre os Comportamentos proativos online de carreira e variáveis vocacionais e de personalidade. Os resultados obtidos sustentam a robustez psicométrica da versão portuguesa da OPBCS com uma estrutura multidimensional constituída por três fatores: Pesquisa de informação, Planeamento de carreira, Networking/desenvolvimento de competências, o que justifica a sua adequação para avaliar Comportamentos proativos online de carreira em estudantes portugueses do Ensino Superior. A OPCBS constitui, assim, um instrumento fiável, enquanto ferramenta de apoio à investigação e à prática profissional.

Palavras-Chave: comportamentos proativos de carreira online , estudantes do ensino superio , online proactive career behavior scale , transição de carreira

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 10 - RELAÇÃO ENTRE OS TRAÇOS DE PERSONALIDADE E OS COMPORTAMENTOS PROATIVOS ONLINE: O EFEITO MEDIADOR DA ADAPTABILIDADE DE CARREIRA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Vocacional e do Desenvolvimento da Carreira

Suzi Rodrigues[1], Olímpio Paixão[1], Beatriz Marcelo[1], Filipa Bértolo[1], Vítor Gamboa[1]

[1]Universidade do Algarve



O presente estudo teve como objetivo analisar a relação entre os Traços de personalidade e os Comportamentos proativos online de carreira, considerando o efeito mediador da Adaptabilidade de carreira, em estudantes do Ensino Superior. Neste sentido, recorreu-se a um modelo de equações estruturais que possibilitou analisar simultaneamente os efeitos diretos e indiretos entre estas variáveis, sustentado no Modelo da Adaptação da Construção de Carreira. Os resultados demonstram que os Traços de personalidade se associam de forma diferenciada aos Comportamentos proativos online e que a Adaptabilidade de carreira medeia parcialmente esta relação. Estes resultados reforçam a centralidade da Adaptabilidade como recurso psicossocial que traduz disposições individuais em respostas adaptativas, oferecendo suporte empírico ao Modelo da Adaptação da Construção de Carreira, que nos oferece um quadro conceptual particularmente robusto e integrador que permite clarificar estes processos, especialmente em contextos digitais.

Palavras-Chave: adaptabilidade de carreira , comportamentos proativos online , Modelo da Adaptação de Carreira , traços de personalidade

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 22 - DEDWORK: DA EDUCAÇÃO DIGNA AO TRABALHO DIGNO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Vocacional e do Desenvolvimento da Carreira

Liliana Faria[1], Olímpio Paixão[2], Joana Soares[3], Joana Vieira dos Santos[2], Manuel do Carmo[4], Maria da Graça Rafael[1]

[1]Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Universidade do Algarve & Centro Universitário de Investigação em Psicologia (CUIP), [2]Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Universidade do Algarve, [3]Fundação Minerva - Cultura - Ensino e Investigação Científica, [4]CINAMIL/Academia Militar & CIMA/Universidade de Évora

Na última década, a *Psychology of Working Theory* (PWT) tem evidenciado o impacto dos constrangimentos estruturais no acesso ao trabalho digno e no bem-estar. No entanto, a educação, um sistema central na construção de oportunidades, permanece à margem deste enquadramento. O conceito de Educação Digna propõe uma mudança de foco, ao enfatizar contextos educativos que promovem segurança, equidade, pertença, qualidade pedagógica e preparação para o futuro académico e profissional. Este conceito é particularmente relevante para a intervenção psicológica em contextos educativos. Esta comunicação apresenta o projeto DEDWork, que expande a PWT ao integrar a Educação Digna como preditor da perceção de acesso ao

trabalho digno. Ao fazê-lo, propõe uma nova forma de compreender como as experiências educativas moldam trajetórias futuras. Com potencial transformador, o DEDWork contribui para a criação de ambientes educativos mais equitativos e facilitadores do acesso ao trabalho digno. Alinhado com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS 4, 8 e 10), reforça o papel dos psicólogos na promoção de trajetórias mais justas e sustentáveis. Serão discutidas as implicações deste modelo para a prática psicológica, em particular nos contextos educativos e de orientação de carreira.

Palavras-Chave: Educação Digna , Trabalho Digno , Psychology of Working Theory , Intervenção de Carreira

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 28 - TRABALHO DIGNO E CARREIRAS SUSTENTÁVEIS: DIRETRIZES PRÁTICAS PARA PSICÓLOGOS/AS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Vocacional e do Desenvolvimento da Carreira

Liliana Faria[1], Olímpio Paixão[2], Joana Soares[3], Paula Barroso[4], Vítor Gamboa[2]

[1]Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Universidade do Algarve & Centro Universitário de Investigação em Psicologia (CUIP), [2]Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Universidade do Algarve, [3]Fundação Minerva - Cultura - Ensino e Investigação Científica, [4]APDC - Associação Portuguesa para o Desenvolvimento da Carreira

O mundo do trabalho está a mudar rapidamente, com stresse ocupacional, esgotamento e desequilíbrios entre vida pessoal e profissional a tornar muitas carreiras insustentáveis. Garantir trajetórias profissionais sustentáveis e dignas é, assim, um desafio urgente para indivíduos, organizações e sociedade. O trabalho digno é um direito humano e um valor central do aconselhamento de carreira, mas ainda carece de diretrizes claras para a prática dos/as psicólogos/as. Nesta comunicação, exploramos as interseções entre trabalho digno, justiça social e aconselhamento de carreira, mostrando como transformar conceitos teóricos em ações concretas. Apresentamos *guidelines* baseadas em evidência, incluindo estratégias e ferramentas que psicólogos/as podem aplicar para apoiar indivíduos na construção de carreiras equilibradas, inclusivas e alinhadas com o ODS 8 – Trabalho Digno e Crescimento Económico. O objetivo é fornecer diretrizes práticas para a atuação clínica e educativa, permitindo que os profissionais promovam trajetórias que combinem sustentabilidade, dignidade e desenvolvimento pessoal.

Palavras-Chave: trabalho digno , carreiras sustentáveis , sustentabilidade de carreira , intervenção de carreira

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 100 - VALIDAÇÃO DA VERSÃO PORTUGUESA DA CDATS– R, NUMA AMOSTRA DE ESTUDANTES DO ENSINO SUPERIOR

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Vocacional e do Desenvolvimento da Carreira

Vitor Gamboa[1], Iúri Silvestre[1], Suzi Rodrigues[1], Beatriz Marcelo[1], Filipa Bértolo[1], Olimpio Paixão[1]

[1]Universidade do Algarve

No domínio da carreira, têm vindo a emergir propostas que enfatizam a importância da tolerância à ambiguidade (TA), uma vez que a tomada de decisões de carreira implica lidar com informação ocupacional cada vez mais complexa e difícil de interpretar. Neste estudo tivemos como objetivo apresentar os principais resultados do processo de validação da Career Decision Ambiguity Tolerance Scale – Revised (CDATS-R), com base na sua estrutura interna e nas suas relações com a adaptabilidade de carreira, a empregabilidade percebida e o comportamento de procura de emprego. Participaram neste estudo oitocentos e cinquenta e nove estudantes universitários portugueses (450 mulheres, 52%), com idades compreendidas entre os 17 e os 77 anos (M = 21,85; DP = 5,63). A análise fatorial confirmatória indicou um ajustamento adequado para o modelo de quatro fatores (Preferência, Tolerância, Confiança e Aversão). A fiabilidade da medida foi boa para cada fator. As correlações com as medidas adicionais forneceram evidência da sua validade convergente. Em síntese, a CDATS-R constitui um instrumento útil para a investigação e para o aconselhamento de carreira, permitindo uma avaliação abrangente da tomada de decisão de carreira e intervenções diferenciadas.

Palavras-Chave: Tolerância à ambiguidade , Decisão de carreira , Análise factorial confirmatória

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 107 - BARREIRAS NO ACESSO AO ENSINO SUPERIOR: DIVERGÊNCIAS ENTRE JOVENS E FAMÍLIAS E DESAFIOS PARA A ORIENTAÇÃO VOCACIONAL

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Vocacional e do Desenvolvimento da Carreira

Sandra Nogueira[1], Sofia Matias[1], Sofia Brito[1], Catarina Mano[1], Ana Cristina Silva[1], Luís Barbosa[1], Alexandra Serra[2], Rui Serôdio[1]

[1]FPCEUP, [2]Instituto Universitário de Ciências da Saúde; FPCEUP,

A orientação vocacional resulta da interação entre fatores individuais, contextuais e familiares. Evidência recente tem destacado o papel das variáveis parentais, nomeadamente, expectativas, comportamentos e

qualidade da relação nas decisões vocacionais, associando o apoio parental a maiores níveis de autoeficácia, adaptabilidade de carreira e congruência jovem–família (Lee et al., 2022; To et al., 2022; Söner & Gültekin, 2024).
O presente estudo compara as perceções de alunas/os e encarregadas/os de educação sobre barreiras no acesso ao ensino superior, com base num estudo transversal de diagnóstico territorial. A amostra inclui 2205 alunas/os (7.º–12.º ano) e 1455 encarregadas/os de educação da região norte de Portugal. Os dados foram recolhidos por questionário e analisados através de testes *t* para amostras independentes. Os resultados indicam diferenças estatisticamente significativas entre grupos ($p < .001$), com efeitos de magnitude a variar entre $d = 0.37$ e 0.50. As/os alunas/os reportam níveis mais elevados de barreiras individuais (motivação e interesse pessoal, expectativas e orientação, emprego e oportunidades, autoeficácia), enquanto as/os encarregadas/os de educação atribuem maior relevância a barreiras de natureza sociofamiliar.
Destaca-se a necessidade de estratégias de política social que promovam o alinhamento entre expectativas familiares, perceções das/os jovens e informação sobre percursos educativos e profissionais, favorecendo decisões mais informadas e equitativas no acesso ao ensino superior.

Palavras-Chave: orientação vocacional; ensino superior; barreiras percecionadas; decisão vocacional

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 108 - A TOLERÂNCIA À AMBIGUIDADE E OS RECURSOS DE EMPREGABILIDADE NA SATISFAÇÃO COM O CURSO, NUMA AMOSTRA DE ESTUDANTES DOS CURSOS TÉCNICOS SUPERIORES

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Vocacional e do Desenvolvimento da Carreira

Vitor Gamboa[1], Iuri Silvestre[2], Suzi Rodrigues[2], Beatriz Marcelo[2], Filipa Bértolo[2], Olimpio Paixão[2]

[1]Universidade Algarve, [2]Universidade do Algarve

Num contexto de transição para o ensino superior, no qual as informações relativas aos cursos e profissões abundam, mas se apresentam de forma fragmentada, difusa e, muitas das vezes, inconsistente, os estudantes com elevada tolerância à ambiguidade (TA) e melhores recursos de carreira, designadamente na área da empregabilidade, estarão em melhores condições para gerir de forma eficaz as múltiplas tarefas vocacionais, como será o ajustamento ao curso frequentado. Neste estudo, recorrendo a modelos de regressão, tivemos como objetivo analisar o efeito da TA e dos recursos de empregabilidade na satisfação com o curso, numa amostra de 458 estudantes (61,8% do sexo masculino; média de idades = 21,18, DP = 5,695) do 1º ano de cursos CTeSP. Num modelo que explica 32% da satisfação com o curso, emergem como preditores individuais, significativos, a Preferência, a Tolerância e a Confiança, no que diz respeito à TA, e o Capital Humano e a Identidade de Carreira, no que se refere aos recursos de empregabilidade. Em suma, a TA e os recursos de empregabilidade são relevantes no ajustamento ao ensino superior, pelo que devem ser considerados nas intervenções de carreira dirigidas à promoção de transições de carreira bem-sucedidas e com significado pessoal.

Palavras-Chave: Tolerância à ambiguidade , Recursos de empregabilidade , ajustamento ao curso

Resumo Completo (Ficheiro)



PO 198 - VALIDAÇÃO DA VERSÃO PORTUGUESA DA JOB SEARCH BEHAVIOR SCALE EM ESTUDANTES DO ENSINO SUPERIOR

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Vocacional e do Desenvolvimento da Carreira

Iúri Silvestre[1], João Gomes[1], Olímpio Paixão[1], Suzi Rodrigues[1], Beatriz Marcelo[1], Filipa Bértolo[1], Vítor Gamboa[1]

[1]Universidade do Algarve

A *Job Search Behavior Scale* (JSBS) avalia o comportamento de procura de emprego na transição para o mercado de trabalho. Em articulação com a importância deste comportamento adaptativo surgem as mudanças recentes observadas a nível laboral, marcadas por avanços tecnológicos e reconfigurações contextuais. Importa assim disponibilizar um instrumento para a investigação e para a intervenção vocacional válido e preciso no que diz respeito às atividades de procura de emprego. Neste estudo, que teve por objetivo validar a JSBS para o contexto português, participaram seiscentos e cinquenta e cinco estudantes universitários (472 homens, 72,1%), com idades entre os 17 e os 64 anos (M = 21,50; DP = 4,67). Contrariamente ao modelo de dois fatores da escala original, a análise fatorial confirmatória indicou um ajustamento satisfatório para um modelo unifatorial (ICe 90%), após a eliminação de quatro itens que saturavam abaixo de .50. Este modelo também apresenta boa consistência interna (ω = 0.87; α = 0.90) e adequada validade convergente (AVE = 0.545) indicando que os itens se correlacionam de forma consistente. Em suma, os níveis de precisão e de validade obtidos parecem suportar a utilização da versão portuguesa na avaliação dos comportamentos de procura de emprego.

Palavras-Chave: Comportamentos de Procura de Emprego , Job Search Behavior Scale (JSBS) , Validação Psicométrica

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 204 - TOLERÂNCIA À AMBIGUIDADE, ADAPTABILIDADE DE CARREIRA E EXPECTATIVAS DE EMPREGABILIDADE EM ESTUDANTES DO ENSINO SUPERIOR: UMA ANÁLISE DE PERFIS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Vocacional e do Desenvolvimento da Carreira

Iúri Silvestre[1], Vítor Gamboa[1], Suzi Rodrigues[1], Beatriz Marcelo[1], Filipa Bértolo[1], Olímpio Paixão[1]

[1]Universidade do Algarve

A transição para o mercado de trabalho é cada vez mais complexa e desafiante, sobretudo pela natureza difusa e imprevisível do mundo ocupacional. Este fenómeno enfatiza, mais do que nunca, a necessidade de os estudantes do ensino superior serem flexíveis e capazes de lidar com informação incerta, inconsistente e pouco familiar, sendo que neste âmbito, a par dos recursos de carreira, a Tolerância à Ambiguidade (TA) é capaz de explicar os resultados de transição para o trabalho. Neste estudo, tivemos como objetivo determinar perfis de TA, recorrendo a *Latent Profile Analysys*(LPA), numa amostra de cento e setenta e um estudantes universitários portugueses (101 mulheres, 59,1%), com idades entre os 20 e os 58 anos (M = 21,61; DP = 3,92). Foram ainda analisadas as relações dos perfis encontrados com a adaptabilidade de carreira, os recursos e as expectativas de empregabilidade. Emergem dois perfis, sendo que, das quatro dimensões da TA, a variável que melhor explica as diferenças observadas é a



Tolerância, enquanto o efeito da Aversão não é significativo. Ter tido uma experiência de trabalho associa-se ao perfil mais adaptativo, assim como os valores médios mais elevados na adaptabilidade e na empregabilidade. Em suma, estes resultados sugerem que a TA é uma variável robusta na diferenciação dos recursos e nas expectativas relativas à carreira, pelo que uma abordagem em perfis permite a organização de intervenções de carreira diferenciadas, no que se refere ao apoio à transição para o mercado de trabalho.

Palavras-Chave: Tolerância à Ambiguidade , Análise de Perfis Latentes (LPA) , Adaptabilidade de Carreira , Empregabilidade

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 221 - DO INTERESSE À EXPLORAÇÃO: O JOGO DAS PROFISSÕES COMO ATIVIDADE PARTICIPATIVA DE EXPLORAÇÃO VOCACIONAL NO 6.º ANO DE ESCOLARIDADE

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Vocacional e do Desenvolvimento da Carreira

Rosália Maria da Rocha Coelho[1], Sónia Duarte[1]

[1]Agrupamento de Escolas de Águeda

Num contexto educativo em constante transformação, a promoção do desenvolvimento vocacional desde os primeiros anos de escolaridade assume-se como um desafio relevante. O Jogo das Profissões constitui uma atividade participativa de exploração vocacional, implementada desde o ano letivo 2017/2018, dirigida a alunos do 6.º ano de escolaridade enquanto núcleo ativo, com envolvimento de alunos do 5.º e 4.º anos, integrando uma abordagem ecológica e comunitária.

A atividade parte dos interesses e curiosidades dos alunos do 6.º ano, que participam ativamente em todas as fases do processo: identificação de áreas de interesse, organização de circuitos, preparação de questões a colocar aos profissionais e acolhimento dos profissionais. As decisões são partilhadas com os alunos, promovendo a sua agência e envolvimento. Destaca-se a articulação com a comunidade, envolvendo anualmente mais de 100 profissionais, incluindo um número crescente de familiares (45 no presente ano letivo), que são convidados a trazer adereços representativos das suas profissões.

A atividade organiza-se em circuitos temáticos personalizados, desenhados a partir dos interesses dos alunos. Em média, participam 64 equipas, constituídas por 3 a 4 alunos, permitindo uma interação próxima e significativa. Cada equipa percorre cerca de 10 estações, interagindo com profissionais durante aproximadamente 10 minutos por estação, num formato experiencial e dialogante.

Para além dos cerca de 200 alunos do 6.º ano envolvidos diretamente no jogo, a atividade integra a participação de aproximadamente 500 alunos, incluindo visitantes dos 4.º e 5.º anos. Nas duas últimas edições, cerca de 50 alunos participaram no acolhimento dos profissionais, assumindo um papel ativo na organização.

A avaliação da atividade é realizada junto dos alunos do 6.º ano, através de inquérito por questionário de autorrelato, evidenciando impacto positivo ao nível da comunicação, cooperação e conhecimento do mundo profissional.

O Jogo das Profissões assume-se como uma prática promotora de exploração vocacional, participação ativa e envolvimento dos alunos, sustentada na articulação entre escola, família e comunidade e na criação de experiências significativas de exploração vocacional.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 300 - PREOCUPAÇÕES DE CARREIRA EM ESTUDANTES DO ENSINO SUPERIOR: UM ESTUDO COMPARATIVO ENTRE ESTUDANTES E ESTUDANTES TRABALHADORES

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Vocacional e do Desenvolvimento da Carreira

Célia Sampaio[1], Mariana Martins[2], Maria do Céu Taveira[2], Ana Daniela Silva[3]

[1]Associação Portuguesa para o Desenvolvimento de Carreira, [2]Escola de Psicologia da Universidade do Minho, [3]Universidade Católica Portuguesa

· O desenvolvimento de carreira no ensino superior ocorre em contextos cada vez mais diversificados, sendo particularmente relevante compreender as diferenças entre estudantes tradicionais e estudantes trabalhadores. Com base no modelo desenvolvimental de carreira de Super, que conceptualiza a carreira como um processo ao longo do ciclo de vida marcado por diferentes tarefas e preocupações, o presente estudo tem como objetivo comparar as preocupações de carreira destes dois grupos. A amostra é constituída por 350 estudantes do ensino superior, dos quais 225 são estudantes e 125 são estudantes trabalhadores. As preocupações de carreira foram avaliadas através de um inventário baseado nos estágios de desenvolvimento de carreira. Os resultados permitirão identificar padrões diferenciados de preocupações de carreira entre os grupos, contribuindo para uma compreensão mais aprofundada do impacto dos múltiplos papéis de vida no desenvolvimento de carreira. Os resultados serão discutidos à luz das implicações para a prática de aconselhamento de carreira, nomeadamente no desenho de intervenções mais ajustadas às necessidades específicas dos estudantes trabalhadores. Esta comunicação pretende, assim, contribuir para o desenvolvimento de práticas baseadas em evidência no contexto do ensino superior, reforçando a importância de abordagens diferenciadas no apoio ao desenvolvimento de carreira.

Palavras-Chave: Desenvolvimento de carreira , Estudantes-trabalhadores , Preocupações de carreira , Teoria de Super

Resumo Completo (Ficheiro)



PO 328 - EVIDÊNCIA SOBRE INTERVENÇÕES DE CARREIRA A DISTÂNCIA: CONTRIBUTOS DE TRÊS ESTUDOS APLICADOS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Vocacional e do Desenvolvimento da Carreira

Ana Daniela Silva[1], Célia Sampaio[2], Catarina Luzia de Carvalho[2], Inês Castro[2], Maria do Céu Taveira[3]

[1]Universidade Católica Portuguesa - Braga, [2]Associação Portuguesa para o Desenvolvimento da Carreira, [3]Escola de Psicologia da Universidade do Minho

O crescente recurso a intervenções psicológicas de carreira a distância tem vindo a transformar as possibilidades de intervenção, levantando questões fundamentais acerca da sua eficácia e dos processos subjacentes. Neste contexto, torna-se essencial investir na investigação que analise criticamente os efeitos destas práticas em diferentes populações. A presente comunicação tem como objetivo contribuir para este debate através da apresentação e análise de dados de avaliação de três intervenções de carreira realizadas em formato remoto, dirigidas a adolescentes, estudantes universitários e adultos. Serão analisados resultados ao nível da eficácia, nomeadamente no desenvolvimento de competências e recursos de carreira, clareza vocacional e tomada de decisão, bem como indicadores de processo, incluindo envolvimento, satisfação e qualidade da relação de ajuda. A partir de uma análise comparativa, serão identificados aspetos comuns às diferentes intervenções, assim como especificidades associadas a cada grupo-alvo. Serão ainda discutidas implicações para a prática e para a investigação futura, com particular foco nas condições que potenciam a eficácia das intervenções de carreira a distância. Esta comunicação pretende, assim, reforçar a importância de abordagens baseadas em evidência na intervenção de carreira em contextos digitais, contribuindo para o desenvolvimento de práticas mais eficazes e ajustadas às necessidades ao longo do ciclo de vida.

Palavras-Chave: Intervenções de Carreira , Distância , Eficácia , Implicações

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 350 - ESTRUTURA HIERÁRQUICA E VALIDADE INICIAL DA ESCALA DE CARREIRAS SUSTENTÁVEIS FUTURAS (E-CSF) NO ENSINO SUPERIOR PORTUGUÊS

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Vocacional e do Desenvolvimento da Carreira

Olímpio Paixão[1], Vítor Gamboa[1], Liliana Faria[1]

[1]Universidade do Algarve

A avaliação das perceções de carreiras sustentáveis constitui um desafio relevante na investigação e intervenção vocacional contemporânea, exigindo instrumentos robustos e teoricamente alinhados com modelos integrativos de carreira. Deste modo, será possível contemplar indicadores importantes que nos ajudam a compreender a complexidade subjacente às transições vocacionais, considerar diferentes configurações de carreira e a heterogeneidade existente no desenvolvimento vocacional de diferentes estratos da população. Este estudo teve como objetivo analisar a estrutura fatorial e as propriedades psicométricas da versão portuguesa da Escala de Carreiras Sustentáveis Futuras (E-CSF), originalmente desenvolvida por Russo et al. (2025) e que procura medir as perceções de estudantes de ensino superior relativamente à sustentabilidade das carreiras associadas ao curso que frequentam. Participaram 217

estudantes (N = 217; Midade = 21,4; DP = 5,76), maioritariamente do sexo feminino (70%). Através de procedimentos de Análise Fatorial Confirmatória, foram testados vários modelos concorrentes, incluindo modelos unidimensional, oblíquo, ortogonal, bifatorial e hierárquico. À semelhança do que foi encontrado no estudo da versão original da escala, os resultados indicaram que o modelo hierárquico de quatro fatores de primeira ordem (Felicidade, Produtividade, Saúde e Empowerment Social), organizados sob um fator geral de Carreiras Sustentáveis Futuras, é aquele que apresenta o melhor ajustamento global aos dados. A partir deste modelo, foram realizados procedimentos com o intuito de melhorar os índices de ajustamento, através da análise de índices de modificação teoricamente sustentados. Especificamente, foram correlacionados os resíduos entre dois pares de itens pertencentes à mesma dimensão, que resultaram numa melhoria do ajustamento: $\chi^2/df = 2.25$; CFI = .94; TLI = .93; RMSEA = .076; SRMR = .05. Relativamente à consistência interna, a escala apresentou níveis adequados e também alinhados com os obtidos na versão original, quer para o fator global ($\alpha = .90$; $\omega = .89$), quer para as respetivas dimensões ($.79 < \alpha < .93$; $.76 < \omega < .93$). Em conjunto, os resultados suportam a adequação da estrutura hierárquica da E-CSF na população portuguesa, reforçando a sua validade enquanto instrumento para a avaliação das perceções de carreiras sustentáveis futuras e sugerindo a sua utilidade para investigação e intervenção psicológica em contextos educativos e de orientação vocacional.

Palavras-Chave: Carreiras Sustentáveis; Análise Fatorial Confirmatória; Transição Vocacional; Estudantes Universitários

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 368 - PSICOLOGIA VOCACIONAL E DESENVOLVIMENTO DE CARREIRA NA FORMAÇÃO EM PSICOLOGIA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Vocacional e do Desenvolvimento da Carreira

Inês de Castro[1], Célia Sampaio[1], Ana Daniela Silva[2]

[1]Associação Portuguesa para o Desenvolvimento da Carreira, [2]Universidade Católica Portuguesa - Braga

A Psicologia Vocacional e do Desenvolvimento de Carreira constitui uma área científica consolidada, com expressão relevante na investigação e na prática psicológica, tanto a nível internacional como em Portugal. Esta área tem contribuído para a compreensão dos processos de desenvolvimento ao longo do ciclo de vida, particularmente no que se refere às trajetórias educativas e profissionais. Em Portugal, assume especial relevância em contextos como o escolar e o da orientação ao longo da vida, integrando domínios centrais da intervenção psicológica. Neste sentido, torna-se pertinente analisar a sua representatividade na formação universitária em Psicologia, enquanto indicador da preparação dos futuros profissionais. O presente estudo teve como objetivo analisar a representatividade desta área nos planos curriculares dos cursos de Psicologia em Portugal. Os cursos foram identificados através do portal da Direção-Geral do Ensino Superior, sendo analisados os planos de estudo e conteúdos programáticos disponíveis online. As unidades curriculares foram

classificadas de acordo com as especialidades gerais da Ordem dos Psicólogos Portugueses e as especialidades avançadas da área da Educação. Foram analisados 78 cursos de 23 instituições de ensino superior, num total de 1598 unidades curriculares, selecionados a partir de 137 cursos identificados. A distribuição concentrou-se nas áreas Geral (29.66%), Clínica e da Saúde (29.97%) e Trabalho, Social e das Organizações (16.46%), sendo a Psicologia da Educação a menos representada (7.01%). Apenas 40 unidades curriculares (2.50%) incluíam conteúdos de Psicologia Vocacional e do Desenvolvimento de Carreira, das quais 12 (.75%) eram especificamente dedicadas a esta área. Os resultados indicam uma presença limitada desta área na formação em Psicologia em Portugal, sugerindo alguma discrepância entre a sua relevância científica e aplicada e a respetiva expressão nos planos curriculares. Estes dados salientam a pertinência de refletir sobre a integração da Psicologia Vocacional e do Desenvolvimento de Carreira na formação inicial, no sentido de promover uma preparação dos futuros psicólogos ajustada às exigências do desenvolvimento de carreira ao longo do ciclo de vida.

Palavras-Chave: Psicologia vocacional , desenvolvimento de carreira , análise curricular , ensino superior

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 440 - DESENVOLVIMENTO DE CARREIRA EM IMIGRANTES: PRECARIEDADE LABORAL E TRABALHO DIGNO

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Vocacional e do Desenvolvimento da Carreira

Mariana Filipa de Melo Martins[1], Eduarda Ferreira Ribeiro[1]

[1]Universidade Católica Portuguesa de Braga

O presente estudo tem como objetivo explorar as experiências, perspetivas e motivos dos imigrantes na sua inserção no contexto laboral. Destacando barreiras, desafios e fatores, tanto facilitadores como prejudiciais, que influenciam o desenvolvimento da sua carreira. Trata-se de uma investigação de natureza qualitativa, baseada em entrevistas semiestruturadas realizadas a 11 participantes migrantes, com idades compreendidas entre os 19 e os 55 anos, oriundos de diferentes contextos nacionais, nomeadamente Brasil, Venezuela, Colômbia, China, França e uma participante com dupla nacionalidade espanhola e equatoriana. A análise preliminar dos dados evidencia um conjunto de constrangimentos estruturais no processo de inserção profissional, destacando-se dificuldades no acesso ao trabalho, barreiras linguísticas, entraves burocráticos associados aos processos de regularização e ao reconhecimento de qualificações, bem como situações de instabilidade laboral. Paralelamente, os participantes salientam a importância de apoios informais, familiares, de amigos e contactos sociais, enquanto recursos fundamentais no seu processo de integração profissional. Os dados recolhidos evidenciam ainda a presença de experiências de discriminação, tendo alguns participantes referido situações de xenofobia no contexto laboral e social, as quais influenciam negativamente o seu processo de integração e desenvolvimento profissional. As representações de trabalho digno associam-se

predominantemente a dimensões como remuneração justa, estabilidade, condições adequadas de trabalho e respeito no contexto laboral, surgindo frequentemente em contraste com experiências marcadas por precariedade laboral e situações de discriminação. No plano metodológico, recorreu-se à análise de conteúdo segundo Bardin, tendo sido definidas 7 categorias gerais, entre elas: motivações, inserção profissional, dificuldades, apoios, trabalho digno, discriminação e propostas de melhoria. O estudo encontra-se atualmente em fase de codificação das entrevistas, estando prevista a realização de acordo interjuízes, com vista a assegurar a fiabilidade e consistência do processo de análise. Espera-se que os resultados contribuam para uma compreensão mais aprofundada dos processos de desenvolvimento de carreira de imigrantes, fornecendo contributos relevantes para a promoção de práticas e políticas de inclusão social e laboral.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 452 - DESENVOLVIMENTO E IMPLEMENTAÇÃO DE UM PROGRAMA INTERMUNICIPAL DE ORIENTAÇÃO VOCACIONAL BASEADO EM EVIDÊNCIA

Tipo: Poster

Tema: Psicologia Vocacional e do Desenvolvimento da Carreira

Sofia Brito[1], Luís Barbosa[2], Catarina Mano[2], Sofia Matias[2], Sandra Nogueira[2], Ana Cristina Silva[2], Alexandra Serra[3], Rui Serôdio[2]

[1]Faculdade de psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, [2]FPCEUP, [3]IUCS (CESPU) / FPCEUP

A orientação vocacional tem vindo a afirmar-se como um domínio central na promoção de trajetórias educativas e profissionais mais ajustadas, exigindo abordagens integradas que articulem fatores individuais, contextuais e territoriais. Neste enquadramento, o presente trabalho descreve o processo de conceção, desenvolvimento e implementação do Programa Intermunicipal de Orientação Vocacional e Profissional “Criar o Futuro, Agora. Aqui, contigo.”, desenvolvido no âmbito dos Planos Intermunicipais de Promoção do Sucesso Escolar (PIPSE) na região do Tâmega e Sousa.

O programa assenta num modelo conceptual integrado, sustentado em evidência científica e empírica, e orientado por princípios de adaptação territorial, coprodução e inovação em políticas públicas. A sua construção envolveu uma articulação sistemática entre entidades intermunicipais, autarquias, escolas, serviços de psicologia e orientação (SPO) e stakeholders do tecido económico, promovendo a criação de um referencial comum de intervenção e instrumentos partilhados.

A operacionalização estrutura-se em três eixos complementares: (i) intervenção direta com estudantes, visando a promoção da autoexploração, tomada de decisão informada e contacto com oportunidades reais; (ii) capacitação de profissionais (psicólogos/as e docentes), através de formação, intervisão e alinhamento de práticas; e (iii) envolvimento de famílias e stakeholders comunitários, reforçando a articulação

entre percursos educativos, mercado de trabalho e desenvolvimento local. Paralelamente, integra-se um eixo transversal de marketing social e literacia vocacional, orientado para a promoção de pertença territorial e valorização social das escolhas vocacionais.

O desenvolvimento do programa incorpora ainda processos contínuos de monitorização, pilotagem e ajustamento, permitindo uma implementação progressiva e sensível às especificidades locais. Esta abordagem favorece não apenas a eficácia das intervenções, mas também a sustentabilidade e escalabilidade do modelo.

Em síntese, o programa constitui um exemplo de transferência de conhecimento psicológico para políticas públicas territoriais, evidenciando o papel da Psicologia na construção de respostas sistémicas, colaborativas e orientadas para o impacto social.

Palavras-Chave: orientação vocacional; políticas públicas; intervenção sistémica; inovação social

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 16 - A INTERAÇÃO DE UM MODELO INTEGRATIVO DE RELAÇÃO TERAPÊUTICA E INTERVENÇÃO: CONTRIBUTOS DE UM ESTUDO DE CASO COM ANÁLISE TEMÁTICA REFLEXIVA

Tipo: Poster

Tema: Psicoterapia

Pedro Rodrigues Ribeiro[1], David Dias Neto[1]

[1]Ispa - Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida

Introdução: Este estudo explora a relação terapêutica a partir da perspetiva do paciente, destacando a importância das suas necessidades centrais na construção dessa relação e na forma como o terapeuta a compreende e responde.

Objetivo: O objetivo foi analisar a perspetiva transteórica de cinco componentes numa intervenção breve, incluindo técnicas terapêuticas e ruturas na aliança.

Método: Utilizou-se uma abordagem qualitativa com Análise Temática Reflexiva, baseada no acompanhamento de uma díade terapêutica (um paciente adulto e um terapeuta) ao longo de 19 sessões. As ruturas na aliança foram avaliadas através de um sistema específico de análise.

Resultados: Os resultados identificaram dois temas principais: “necessidades relacionais do paciente” e “técnicas terapêuticas”. A autenticidade e o sentimento de segurança na relação com o terapeuta revelaram-se fundamentais, associando-se ao modelo de cinco componentes, especialmente no que diz respeito a pensamentos e emoções constantes do paciente. As técnicas utilizadas mostraram-se variadas e adaptadas ao caso. As ruturas mais frequentes, de tipo confrontativo, não pareceram comprometer a qualidade da relação terapêutica.

Conclusão: Conclui-se que a relação terapêutica beneficia de uma abordagem centrada nas necessidades do paciente, integrando diferentes posturas relacionais e técnicas, e reforçando o papel do terapeuta na adaptação responsiva.

Palavras-Chave: Relação; Necessidades; Intervenção; Integração

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 21 - "JÁ PEDI DESCULPA PELO ATRASO": DEFESAS DO TERAPEUTA, FALHAS NO SETTING E IMPACTO NA RELAÇÃO TERAPÊUTICA

Tipo: Poster

Tema: Psicoterapia

Nuno Tomaz Santos[1], Hélder Chambel[1]

[1]PsiRelacional - Associação de Psicanálise Relacional, Lisboa, Portugal

Este estudo qualitativo, de natureza interpretativa e enquadrado na psicoterapia de psicanálise relacional, investiga o impacto clínico e ético de falhas no setting terapêutico que não são reconhecidas nem elaboradas ao longo de um processo semanal de aproximadamente 7 anos. O foco incide em microeventos frequentemente desvalorizados — como atrasos reiterados, descontinuidades presenciais e respostas defensivas do terapeuta — analisando o modo como a ausência de reconhecimento (isto é, a capacidade do terapeuta de validar explicitamente a experiência subjetiva do cliente e reconhecer o impacto relacional das suas próprias ações) pode comprometer a função de continência enquanto capacidade de acolher, compreender e integrar os estados emocionais no campo intersubjetivo. A partir da análise de seis vinhetas clínicas de um estudo de caso único, observa-se um processo progressivo de fragilização da aliança terapêutica, no qual pequenas falhas não elaboradas adquirem significado cumulativo, culminando num desfecho abrupto do processo psicoterapêutico. Em pacientes com história de trauma relacional precoce, estes eventos podem funcionar como reativações implícitas de experiências de não reconhecimento e desorganização vincular. Os dados sugerem que o impacto clínico das falhas não reside apenas na sua ocorrência, mas sobretudo na forma como são (ou não) vividas e trabalhadas na relação. Quando o terapeuta responde de forma defensiva — através da racionalização técnica, minimização, silêncio protetor ou inversão acusatória —interrompe-se a possibilidade de reconhecimento e transformação da experiência, comprometendo a confiança no vínculo. Os resultados apontam para o reconhecimento da experiência do paciente como uma função clínica central — simultaneamente técnica, ética e relacional — essencial para sustentar o

potencial transformador da psicoterapia. Na sua ausência, a própria relação psicoterapêutica pode tornar-se um espaço de repetição de experiências relacionais não integradas, evidenciando também os riscos associados à intimidade clínica quando esta não é suficientemente pensada e elaborada. O estudo contribui para a literatura ao evidenciar o papel cumulativo de microfalhas no setting e ao sublinhar a importância da autorreflexividade e supervisão do terapeuta na compreensão, integração e reparação das experiências vividas na relação terapêutica.

Palavras-Chave: Setting, Reconhecimento, Defesas, Enactment

PO 92 - INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA POSITIVA EM GRUPO NA PSICOPATOLOGIA GRAVE: UM PROTOCOLO PARA A PSICOSE

Tipo: Poster

Tema: Psicoterapia

Carla Fonte[1], Francisca Ferreira[1]

[1]Universidade Fernando Pessoa - Faculdade de Ciências Humanas e Sociais

A intervenção psicológica na psicose tem transitado de um foco exclusivo na remissão sintomática para a promoção do recovery e do funcionamento positivo. A psicoterapia positiva padrão foi adaptada para indivíduos com psicose no Reino Unido, seguindo a estrutura do Medical Research Council para desenvolver e testar intervenções complexas, resultando no modelo “WELLFOCUS PPT”. Este modelo foi desenvolvido com base na terapia cognitivo-comportamental, com uma particular ênfase na capacidade de construir relacionamentos interpessoais duradouros, significativos e satisfatórios e a especificidade de vivenciar o bem-estar na psicose (Riches et al. 2015).

Este trabalho apresenta o programa de intervenção psicológica em grupo, fundamentado na Psicoterapia Positiva, adaptado especificamente para indivíduos com diagnóstico de psicose em contexto de internamento (Zimowska et al., 2021)..

O programa distingue-se pela sua estrutura rigorosa, composta por 10 sessões semanais, com a duração de 90 minutos cada. A arquitetura de cada sessão é desenhada para potenciar a regulação emocional e a coesão, incluindo: um exercício de saborear consciente (savoring), revisão de tópicos, exercícios de aquecimento, desenvolvimento do tema central, momentos de pausa e a prescrição de tarefas intersessão (exercícios contínuos). O conteúdo programático percorre as três dimensões do modelo de Seligman: a Vida Agradável (emoções positivas), a Vida Comprometida (identificação e uso de forças de caráter) e a Vida Significativa (sentido de vida e altruísmo).

Para os profissionais de psicologia, a relevância deste programa reside na oferta de um protocolo estruturado que responde à necessidade de intervenções baseadas na evidência em contextos clínicos ou comunitários de saúde mental. Os resultados de aplicação do programa demonstram que a abordagem focada nos recursos — e não apenas na patologia — promove ganhos significativos no bem-estar e na redução do impacto psicopatológico. Ao implementar esta metodologia, os psicólogos podem facilitar processos de mudança que reforçam a autonomia e a resiliência, provando que a intervenção em grupo na psicose, quando orientada pela psicologia positiva, pode ser uma ferramenta para a prática clínica contemporânea na promoção de uma saúde mental integral.

7º CONGRESSO ORDEM DOS PSICÓLOGOS PORTUGUESES
Coimbra 2026

Palavras-Chave: Psicoce; Psicoterapia Positiva; Intervenção em Grupo.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 105 - A ECONOMIA DO AFETO: A PELE ENQUANTO ESPELHO DAS EMOÇÕES

Tipo: Poster

Tema: Psicoterapia

Joana Pereira[1], Ana Rita Vicente[1], Elsa Ferreira Reis[1], Mariana Cordeiro Ferreira[1]

[1]ULS Santa Maria

Introdução

O presente trabalho descreve o caso clínico de uma paciente, do sexo feminino, de 23 anos, desempregada, com dermatite atópica grave desde os 12 meses, refratária à terapêutica convencional. Referenciada da Imunoalergologia à Psiquiatria, realizou Avaliação Neuropsicológica, por possível Perturbação do Espetro do Autismo. Os resultados situaram-se, maioritariamente, acima da média. Apresentou um padrão clínico da personalidade compulsiva e dependente. Iniciou Psicoterapia, por Perturbação de Ansiedade Generalizada, isolamento social e aquisição de competências socioemocionais. À data de início do acompanhamento psicoterapêutico, apresentava sintomatologia angodepressiva, dificuldades de diferenciação emocional e medo da autonomia.

Objetivos

A intervenção visou diminuir a sintomatologia ansiosa e depressiva, reforçar a autoestima, promover a individuação e aumentar a autoeficácia, visando a integração profissional.

Metodologia

De janeiro a novembro de 2025, realizaram-se sessões quinzenais. Recorreu-se ao desenho livre, como mediador terapêutico, facilitando a expressão emocional e organização de pensamentos.

Resultados

Observou-se uma redução significativa das queixas iniciais e regulação emocional, com maior espaçamento das consultas de Psiquiatria e possibilidade de alta. A paciente passou a deslocar-se, autonomamente, às consultas e iniciou uma atividade profissional com satisfação. Verificou-se, ainda, uma melhoria significativa dos sintomas da doença crónica, sem crises.

Conclusões

Quando a palavra falha, o corpo encontra formas de se expressar. O evitamento emocional pode contribuir para o surgimento de sintomas associados à dificuldade em identificar estados afetivos. A Psicoterapia, neste caso, mediada pela arte, revelou-se fundamental como ponte entre a doença e a saúde, ao promover o aprofundamento da experiência emocional e o desenvolvimento da função autoobservadora. Este processo permitiu à paciente adotar uma atitude mais cuidadosa na relação consigo própria e com o seu corpo, conduzindo a uma maior compreensão, aceitação e capacidade de regulação do seu mundo interno.

Palavras-Chave: psicopatologia; doença crónica; psicossomática

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 232 - O LUTO À LUZ DA PSICOTERAPIA INTERPESSOAL – UM ESTUDO DE CASO

Tipo: Poster

Tema: Psicoterapia

Ana Catarina Rodrigues da Silva Reis[1]

[1]API

O Luto é um processo natural de adaptação emocional à perda de uma figura significativa, que pode desencadear sintomas depressivos, ansiedade e reorganização interpessoal. Na perspetiva da Psicoterapia Interpessoal (TIP), o luto é enquadrado como uma área-problema central quando a dificuldade em elaborar a perda, associada a culpa, evitamento emocional e isolamento social, compromete o funcionamento psicossocial e se mantém ao longo do tempo.

Considerando o impacto da perda na funcionalidade do sujeito, a intervenção psicológica na TIP tem como objetivos facilitar a elaboração emocional do luto e a reorganização da relação com a figura perdida, reduzir sintomas depressivos e a culpa associada à perda, melhorar a comunicação e o suporte interpessoal na família e na rede social, promover a adaptação ao novo papel e

às responsabilidades pós-luto e prevenir a cronicidade do sofrimento e a deterioração do funcionamento psicossocial. O caso clínico que se apresenta teve, então, por base a intervenção à luz da TIP.

A TIP é uma terapia eficaz, breve e limitada, originalmente desenvolvida para a depressão, mas atualmente considerada altamente eficaz noutras condições psiquiátricas. Neste caso clínico, a área problema identificada pela terapeuta e paciente foi o luto, no final da avaliação e fase inicial, que é a primeira de um processo psicoterapêutico de três fases. O processo durou 12 sessões durante quatro meses. A fase inicial incorporou a avaliação, inventário interpessoal, formulação e acordo de tratamento. Na fase intermediária, alguns dos objetivos prenderam-se com a exploração da relação com a irmã (memórias, vinculação, funções interpessoais que exercia, ambivalências, trabalho sobre a culpa e autocrítica), exercícios de expressão emocional, (por exemplo, carta à irmã, prática de falar sobre a perda sem evitar), bem como o enquadramento de conflitos familiares (marido) como espaços de reorganização interpessoal pós-luto. Quando os sintomas diminuíram, a terapia entrou na última fase em que os objetivos primordiais foram a consolidação das estratégias de *coping* emocional, o planeamento para datas-evento (aniversário da irmã, aniversários familiares, feriados) e encerramento gradual da terapia, com acordo para reavaliação em caso de recidiva.

Palavras-Chave: luto, terapia interpessoal, intervenção psicológica

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 252 - O SOMA E A BUSCA PELA FUNCIONALIDADE PERDIDA. UM PROGRAMA DE INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA ESTRUTURADA EM SINTOMATOLOGIA SOMÁTICA

Tipo: Poster

Tema: Psicoterapia

Samuel Branco[1], Joana Silva[2]

[1]ULS Estuário do Tejo - Hospital Vila Franca de Xira, [2]Univ. Católica Portuguesa

A sintomatologia somática na infância e adolescência constitui um motivo frequente de referenciação em contexto hospitalar, representando um desafio clínico significativo quando os sintomas físicos persistem sem explicação médica suficiente, mesmo após extensa investigação diagnóstica. Queixas como dores abdominais, musculares, cefaleias, náuseas, fadiga ou tonturas podem associar-se a processos emocionais e relacionais complexos,

interferindo na funcionalidade diária, nas rotinas escolares e na qualidade de vida das crianças, jovens e suas famílias.

O presente trabalho descreve a construção e aplicação de um Programa de Intervenção Psicológica direcionado a jovens entre os 11 e os 17 anos com sintomatologia somática com impacto significativo na funcionalidade diária. O programa foi desenvolvido a partir da experiência clínica em consulta de psicologia hospitalar de ambulatório, uma intervenção estruturada e de abordagem cognitivo-comportamental integrativa, incorporando princípios da Terapia de Aceitação e Compromisso. Ao longo de 12 sessões semanais são explorados conteúdos como a relação mente-corpo, identificação de gatilhos, resposta de luta-fuga, catastrofização, tríade cognitiva e estratégias de autorregulação emocional, incluindo técnicas de relaxamento e imagética, recorrendo a materiais psicoeducativos desenvolvidos como facilitadores do processo terapêutico.

Este estudo clínico exploratório avaliou o impacto do programa na funcionalidade diária e na qualidade de vida dos participantes. Participaram três jovens acompanhados em consulta de psicologia hospitalar de ambulatório. Foram administrados os instrumentos padronizados ISC-24 (Inventário de Somatização para Crianças), KINDL (Questionário de Qualidade de Vida para Crianças e Adolescentes) e CBCL 6-18 (Child Behavior Checklist), realizando-se uma análise quantitativa dos resultados obtidos.

Os resultados sugerem melhorias ao nível da qualidade de vida, nomeadamente nas dimensões de bem-estar físico e emocional, autoestima, relações familiares, relações com pares e contexto escolar. Estes resultados reforçam o potencial de intervenções psicológicas estruturadas, baseadas em modelos cognitivo-comportamentais integrativos, como estratégia promissora na redução do impacto funcional da sintomatologia somática em adolescentes, podendo ser generalizadas a outros contextos, como o escolar e familiar.

Palavras-Chave: sintomas somáticos , psicologia pediátrica hospitalar , terapia cognitivo-comportamental , qualidade de vida

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 255 - EFICÁCIA DA PSICOTERAPIA INTERPESSOAL NA ANSIEDADE E COMORBILIDADE COM PHDA: O PAPEL DA SUPERVISÃO CLÍNICA

Tipo: Poster



Tema: Psicoterapia

Isabel Moreira Silva[1], PhD Ivandro Soares Monteiro[1]

[1]API Academia de Psicoterapia, by EME Saúde

Introdução

A Psicoterapia Interpessoal (TIP) é uma intervenção breve e estruturada, com evidência robusta na depressão e na ansiedade. Este estudo descreve uma intervenção em contexto de supervisão clínica para certificação de nível B para a especialidade avançada da OPP, focando-se na transposição do modelo para casos de elevada complexidade.

Objetivo

O objectivo é o de demonstrar a aplicação do protocolo TIP e a evolução clínica de uma paciente com sintomatologia ansiosa severa e indicadores de PHDA, salientando a resolução da área-problema dos conflitos interpessoais.

Método

A intervenção clínica foi de 14 sessões de abril de 2025 a março de 2026 com gravação áudio e supervisão direta da API. A cliente, de 29 anos, apresentava ansiedade incapacitante, défices de atenção/memória e risco de burnout. Avaliação pré-intervenção via instrumentos psicométricos (ansiedade severa e baixa autoestima). Aplicou-se o protocolo TIP estruturado em três fases.

Intervenção

O foco foi nas áreas-problema de Conflitos (maternos e deficit de limites) e Transição de Papel (autonomia profissional). As técnicas incluíram a análise da comunicação, clarificação, encorajamento de afeto e role-play para treino de assertividade.

Resultados

A reavaliação final evidenciou melhorias significativas: redução da ansiedade para níveis normais, stress leve, aumento da autoestima e da auto-competência, maior satisfação com o suporte social e ausência de novas crises ansiosas. A cliente desenvolveu assertividade, capacidade de definir limites, autonomia e regulação emocional.

Conclusões

O caso valida a eficácia da TIP na ansiedade, mesmo perante comorbilidades de PHDA. Demonstra que a supervisão com gravação de sessões (como feito na API e conforme guidelines da OPP e EFPA) é fundamental para a fidelidade ao modelo e para a segurança clínica. Conclui-se que a formação especializada e supervisionada é um preditor de sucesso em psicoterapia curta e focada.

Palavras-Chave: Psicoterapia Interpessoal, Supervisão Clínica, Estudo de Caso, Ansiedade



Resumo Completo (Ficheiro)

PO 312 - TREINO DA TOMADA DE DECISÃO ÉTICA COM REALIDADE VIRTUAL: EXPERIÊNCIA E AVALIAÇÃO DA VRETHICS EM PSICÓLOGOS ESTAGIÁRIOS

Tipo: Poster

Tema: Psicoterapia

Teresa Souto[1], Sofia Francisco[1], Tiago Abril[1], Rodrigo Caiado[1], Fábio Dias[1], Pedro Gamito[1], Jorge Oliveira[1], Miguel Ricou[2], Silvia Marina[3], Miguel Oliveira[2], Pedro Fernandes[4]

[1]HEI-Lab- Human-environment Interaction Lab, Lusófona University, Portugal, [2]Faculty of Medicine, University of Porto, Portugal, [3]Ordem dos Psicólogos Portugueses, [4]University Lusófona – HEI-Lab.

A tomada de decisão ética é uma competência central na prática clínica, exigindo a integração de conhecimento teórico, julgamento contextual e sensibilidade perante situações complexas. Contudo, as abordagens tradicionais de ensino apresentam limitações ao nível da experiência prática, mantendo-se um distanciamento entre a aprendizagem conceptual e a sua aplicação em contextos profissionais reais.

Neste enquadramento, o presente estudo teve como objetivo avaliar a experiência de utilização da aplicação VREthics, considerando a utilidade percebida, a qualidade experiencial e a usabilidade, bem como recolher sugestões dos utilizadores para o seu aperfeiçoamento. Participaram 105 psicólogos estagiários da Ordem dos Psicólogos Portugueses (M = 28.94; DP = 7.13), que realizaram uma sessão de treino em realidade virtual centrada na tomada de decisão ética.

As respostas abertas foram examinadas através de uma análise de conteúdo mista. Nos aspetos positivos, combinaram-se categorias *a priori* com categorias emergentes. Em contraste, a análise dos aspetos a melhorar foi estritamente indutiva, permitindo que as categorias derivassem do discurso dos participantes. A fiabilidade da categorização, aferida numa amostra de 20%, revelou um acordo entre codificadores substancial nos aspetos positivos ($\kappa = 0.79$) e perfeito nos aspetos a melhorar ($\kappa = 1.00$). Os resultados evidenciaram que os participantes valorizaram sobretudo a simulação realista de contextos clínicos, a sensação de presença e o carácter interativo da experiência, reforçando o potencial da aplicação para apoiar a transição entre teoria e prática. Foi igualmente destacada a oportunidade de tomar decisões num ambiente seguro.

Ainda assim, foram identificadas limitações no realismo sensorial, qualidade da interação e desenho pedagógico. Entre as principais recomendações salientam-se a ampliação do número de cenários clínicos, com diferentes paradigmas éticos e graus de complexidade, e a organização dos conteúdos numa progressão estruturada. Em conjunto, os resultados sugerem que a VREthics é uma ferramenta promissora para o treino da tomada de decisão ética em psicologia, promovendo aprendizagem experiencial em ambiente controlado. Reforçam também a relevância de uma abordagem interativa e centrada no utilizador, destacando-se a necessidade de expandir e estruturar progressivamente os conteúdos, com vista à sua integração nos programas de formação de psicólogos.

Palavras-Chave: Realidade virtual; Treino; Tomada de decisão ética; Usabilidade.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 338 - HISTÓRIAS QUE ABREM CAMINHOS

Tipo: Poster

Tema: Psicoterapia

Isabel Maria Afonso Fernandes[1]



[1]ULSAC

Estudo qualitativo, transversal, Etnográfico, de Observação participada com Análise de Conteúdo Qualitativa. O objetivo foi a avaliação da intervenção de contadores de histórias, Profissionais de Saúde que utilizam histórias na sua atividade profissional e ouvintes de histórias, um em contexto de Promoção da Saúde e outro em contexto de psicoterapia. Foi utilizado o “Questionário submetido às contadoras de histórias, a narração etnográfica em voz própria”, de Cristina Vaz de Almeida. O questionário aplicado aos ouvintes de histórias foi elaborado a partir deste. Foram aplicados questionários a cinco contadores de histórias, uma médica que conta histórias nas suas consultas, uma médica que conta histórias em contexto de cuidados paliativos, uma enfermeira e dois ouvintes de histórias, presencialmente, através de webinar ou telefone.

Os aspetos valorizados pelos Contadores de Histórias e os Profissionais de Saúde que contam Histórias foram: importância da formação e articulação entre contadores e profissionais de saúde, contar histórias adaptadas ao tempo do ouvinte, com interesse para este e a utilização de histórias com propósito. Os Contadores de Histórias, Profissionais de Saúde e Ouvintes valorizaram a Identificação com as personagens. Os Contadores de Histórias e o Ouvintes valorizaram a emoção, a surpresa e a forma como a história é contada. Os Contadores de Histórias valorizaram sobretudo o gostar de contar histórias, a utilização do lúdico e motricidade. Os Contadores, Profissionais de Saúde e Ouvintes consideram que as Histórias promovem bem-estar, comunicação e capacidade para gerir emoções. Os profissionais de Saúde e Ouvintes consideram que as histórias promovem o alívio de sofrimento. Salientando os Profissionais de Saúde que estas ajudam a recolher informação para fazer diagnóstico e induzem sensações. Contadores de Histórias e Ouvintes salientam a Estimulação Cognitiva. Os Ouvintes realçam que as histórias ajudam a tomar decisões. Contadores valorizam a promoção da aprendizagem, crescimento pessoal e desenvolvimento da imaginação.

Um processo terapêutico implica mudança, alicerçada numa relação de confiança. As histórias, contadas ou escritas, podem funcionar como informação no sentido de serem “a diferença que faz a diferença”. Podem funcionar como objetos flutuantes que dão significado à relação terapêutica e emprestar perspetivas diferentes, que permitam às famílias encontrar formas melhores de estar e se reconstruir.

Palavras-Chave: Storytelling , Comunicação , Emoções , Terapia



Resumo Completo (Ficheiro)

PO 362 - "DO ELEFANTE NA SALA AO BURBURINHO CÁ DENTRO" – O IMPACTO DO SUICÍDIO DOS PARES NO LUTO DO ADOLESCENTE

Tipo: Poster

Tema: Psicoterapia

Ana Santos[1], Inês Simões[1]

[1]InLuto - Associação Portuguesa de Cuidados Integrados no Luto

O luto é, por si, um processo complexo e na adolescência as tarefas terapêuticas cruzam--se com as tarefas desenvolvimentais. Entrelaçam-se os riscos de um luto complicado, com as vulnerabilidades da saúde mental dos nosso jovens. Quando um adolescente se suicida, há uma escalada de impacto nas famílias, escola e grupos onde ele se fazia crescer.

As investigações têm corroborado que um grupo significativo de jovens sofre impactos negativos com o suicídio entre os pares (Lee MH, Lee HG, Lee YJ, Kim HJ, Seo WS, 2024)

Esta comunicação pretende alertar para as tarefas terapêuticas que se abrem e as especificidades do luto na adolescência (Walker & Shaffer, 2007; Lytje, 2017). Tarefas intrapessoais, com todo o esforço de regulação emocional (MacPherson, H.A., Cheavens, J.S. & Fristad, M.A., 2013; Miller, A. L., Rathus, J. H., & Linehan, M. M. (2007) e mentalização desta realidade, bem como tarefas interpessoais onde cabem novas danças na relação com a família do amigo que morreu, com os professores, com os restantes colegas. Reflectiremos ainda sobre o risco que ensurdece: como vivem os pensamentos sobre a vida e sobre a morte dos adolescentes, ao confrontarem-se com a morte de um par?

Pretendemos enriquecer programas de pós-venção, gerar olhares terapêuticos mais
cirúrgicos para a psicoterapia e identificar mitos na intervenção no luto na adolescência.
Os programas de pós-venção não devem apenas focar-se na prevenção da imitação do
comportamento suicida, mas também garantir acompanhamento especializado, a longo prazo,
para os sobreviventes (J Am Acad Child Adolesc Psychiatry. 1993; Miret, 2021; Santos &
Albuquerque, 2022). E isso não é possível sem olhar os desafios deste luto (traumático).
Essa singularidade obriga a conjugar áreas de saber, navegando entre os desafios da
adolescência e a psicopatologia (Andriessen, Dudley, Draper, & Mitchell, 2017; Mittendorfer-Rutz, Rasmussen, & Wasserman, 2008; Melhem et al., 2007; Dowdney, 2000;
Walker & Shaffer, 2007), os sintomas psicopatológicos e o as experiências cumulativas de

perda e trauma (Perry, B. D., 2008; Spinazzola et al, 2007; D'Andrea, W., Ford, J., Stolbach,
B., Spinazzola, J., & van der Kolk, B. A., 2012).
Queremos com isto, melhorar intervenções e identificar sinais de risco no adolescente
sobrevivente.

Palavras-Chave: luto , pares , suicídio , adolescentes

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 385 - LISTENING TO THE RESEARCHERS: A PRELIMINARY STUDY BASED ON FOCUS GROUPS WITH EMOTION-FOCUSED THERAPY RESEARCHERS

Tipo: Poster

Tema: Psicoterapia

Maria Vitória May Pereira[1], Carla Alexandra de Castro Cunha[2]

[1]Universidade da Maia (UMAIA), [2]Universidade da Maia (UMAIA) & Centro de Psicologia da Universidade do Porto (CPUP)

A Terapia Centrada nas Emoções (TFE) é uma psicoterapia neo-humanista com base empírica, fundada na década de 1990 como resultado de estudos qualitativos e quantitativos de outras psicoterapias humanistas. A investigação na TFE constitui um aspeto importante desta modalidade, uma vez que esta abordagem teve origem numa análise aprofundada das sessões de psicoterapia, tanto em termos de resultados como de investigação do processo. Nos últimos dez anos, a investigação neste campo cresceu significativamente em questões teóricas e de intervenções. Nesse sentido, é essencial compreender o estado atual da investigação, as dificuldades, necessidades e problemas que os investigadores enfrentam, bem como as áreas-chave para a investigação nesta modalidade, para que o potencial de crescimento possa ser reforçado para melhores desenvolvimentos futuros. O objetivo deste estudo é compreender o estado da arte e o futuro da investigação em TFE, através de uma série de grupos focais com investigadores de TFE e análise de dados baseada em análise temática. A investigação analisará o crescimento desde a atualização anterior, realizada em 2015, com psicoterapeutas e investigadores internacionais que trabalham nesta abordagem. O foco será o estado atual da investigação, como fazer avançar o campo e facilitar o seu processo. Este estudo é único no sentido de que apresentará novas perspetivas internacionais sobre a investigação em EFT, uma vez que é composto por uma variedade de participantes envolvidos numa ampla gama de áreas de investigação, mediante um método de grupos focais. Trata-se de um projeto que está a ser desenvolvido por membros da Sociedade Internacional de Terapia Centrada nas Emoções (ISEFT), e o presente estudo preliminar está a ser realizado no âmbito de uma dissertação de mestrado que estará concluída e será apresentada até ao momento da realização desta conferência. Em geral, prevemos que os investigadores da EFT que participarem nestes grupos focais e as suas interações irão oferecer insights significativos sobre os desafios, requisitos e questões, bem como sobre táticas que auxiliarão no avanço do campo de investigação da EFT.

Palavras-Chave: Emotion-Focused Therapy research , Focus groups , Thematic analysis , Neo-humanistic psychotherapy



Resumo Completo (Ficheiro)

PO 386 - "HABITANDO O ENTRE" - A DESPERSONALIZAÇÃO COMO FUGA EXISTENCIAL: UM ESTUDO DE CASO

Tipo: Poster

Tema: Psicoterapia

Ana Cristina Carvalho Martins[1]

[1]Ispa - Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida

A despersonalização é categorizada nos manuais diagnósticos (e.g., DSM-5-TR) como uma perturbação dissociativa em que a pessoa, mantendo o teste da realidade intacto, se experimenta como estranha, modificada ou afastada de si mesma. Esta alteração da consciência pode incidir sobre aspetos corporais ou psíquicos (Carvalho Teixeira, 2005; Czechowicz et al., 2025).
Embora comum enquanto fenómeno transitório, a perturbação persistente apresenta uma prevalência global de 1% a 2%, sendo frequentemente subdiagnosticada ou confundida com quadros psicóticos, dos quais se distingue pela preservação da autocrítica (Wilkhoo et al., 2024).
Este trabalho analisa a despersonalização numa perspetiva fenomenológico-existencial através de um estudo de caso qualitativo. O *corpus* clínico compreende 24 sessões de psicoterapia de Júlia (nome fictício), 25 anos. Os dados foram recolhidos através de observação clínica e transcrição, sob procedimentos éticos rigorosos de consentimento e anonimização.
Júlia apresentava uma despersonalização corporal persistente, descrevendo a sua experiência com o uso de expressões que remetiam para uma opacidade do corpo vivido (Fuchs, 2005) angustiante e quase intolerável: *"parece que estou oca", "parece que só tenho olhos", "esta apatia do corpo"* (sic).
Dos conteúdos trazidos para as sessões, ressaltam-se a violência doméstica que marcava o seu contexto familiar, a violência vivida no contexto escolar, a fusão identitária com a sua irmã gémea e, em contraposição, num movimento pendular, a sua evasão para uma imagem idealizada da família e para o divertimento. Destaca-se, igualmente, a procura de ancoragem psicológica e física na relação terapêutica e a tonalidade afetiva de angústia transbordante que extravasou os limites do setting terapêutico.
À luz da proposta de Arnold e Pinkston (2014) e Laing (1990), discute-se a despersonalização como defesa ontológica. Júlia parece ter escolhido o refúgio no "não-ser" para proteger a integridade do *Self* contra a "vertigem da liberdade" (Kierkegaard, 1844/2010). Reflete-se, ainda, sobre os desafios destes casos para a psicoterapia enquanto processo de ressocialização do corpo que se tornou alienado (Fuchs, 2005), num contexto caracterizado pela inexistência de resposta psicofarmacológica (Sutar & Sahu, 2019), senão, apenas, a de alívio de comorbilidades que podem intensificar a experiência dissociativa (Simeon, 2004; Wilkhoo et al., 2024).

Palavras-Chave: Despersonalização; Insegurança Ontológica; Corpo Vivido; Psicologia Fenomenológica-Existencial

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 401 - FACILITATING IMMIGRANT ADAPTATION USING PRACTICAL TOOLS OF POSITIVE PSYCHOTJERAPY

Tipo: Poster

Tema: Psicoterapia



Polina Efremova[1]

[1]World Association of Positive Psychotherapy

International migration is frequently associated with acculturative stress, grief reactions, changes in identity, and difficulties in psychological, relational, and sociocultural adaptation. For psychologists working in increasingly multicultural contexts, there is a need for clinically useful frameworks that help organize these experiences beyond descriptive accounts of distress. This poster presents positive psychotherapy (after Nossrat Peseschkian, since 1977) as a structured, culturally sensitive and resource-oriented approach for understanding and supporting immigrant adaptation.
PPT conceptualizes the person through conflicts and actual capacities, and offers practical instruments that can be applied in psychotherapy, counselling, and psychoeducational work. Drawing on the author's published chapter on immigrant adaptation, the poster will illustrate how three PPT tools may be especially relevant in this field: the Balance Model, for assessing changes in the distribution of resources across 4 general areas of life (body, activity, relationships, and meanings); the concept of actual capacities, for clarifying cultural norms, sensitivities, and unmet emotional needs behind each particular immigration-related loss; and stage-based understanding of adaptation, which helps differentiate forms of attachment, differentiation, and detachment in relation to both the host country and the culture of origin.
In this way, positive psychotherapy offers a clinically meaningful framework for assessment, case formulation, and intervention planning in work with immigrants. The presented tools may help mitigate the impact of multiple losses, support a shift toward more resource-oriented strategies, and strengthen the person's sense of agency in the adaptation process.

Palavras-Chave: immigration , positive psychotherapy , adaptation , acculturative stress

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 432 - DANÇAR NO LIMITE: ESTUDO DE CASO SOBRE INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA, UTILIZANDO A DANÇA MOVIMENTO TERAPIA, COM UMA JOVEM COM DEFICIT INTELECTUAL E FISICO

Tipo: Poster

Tema: Psicoterapia

Mafalda Vergueiro de Almeida[1]

[1]APDMT - Associação Portuguesa de Dança Movimento Terapia

O poster apresenta um estudo de caso sobre um processo de intervenção psicológico, de cerca de um ano, através de terapias expressivas, nomeadamente a Dança Movimento Terapia (DMT), com Sara, uma jovem com deficit intelectual e físico sobrevivente de abusos sexuais, com episódios esporádicos de auto-mutilação.

Quando iniciou o processo psicoterapêutico Sara era uma jovem com 28 anos, que não conhecia o pai e em luto pela morte da mãe 2 anos antes, diagnosticada aos 9 meses com atrofia cerebelosa e ataxia cerebelar, que lhe provocou alterações ao nível da coordenação motora e planeamento de movimentos, com uma linguagem pobre e uma pronuncia dificil de entender.



Este estudo reflete sobre as diversas fases do processo terapêutico onde se foram reencenando e integrando, numa dança entre transferência e contratransferência, as posições relacionais descritas por Davies & Frawley (1994): 1) Quem não viu e estava emocionalmente indisponível e Criança negligenciada; 2) Abusador sadista e Vitima indefesa 3) Salvador omnipotente e Criança que tem direito a ser salva; 4) o Seduzido e o Sedutor. Segundo estes autores ao longo na relação terapêutica com sobreviventes de abuso sexual em criança emergem dinâmicas no âmbito das quais vão contracenando as personagens de um teatro macabro: 1) mãe que não vê e está indisponível; 2) criança negligenciada; 3) Abusador sadista 4) Vitima indefesa 5) Salvador Omnipotente, 6) Criança que tem direito a ser salva, 7) Sedutor; 8) Seduzida.

Através da intermediação dos recursos trazidos pela DMT, conseguiu desenvolver-se uma aliança terapêutica com o Self saudável de Sara, sintonizar com a natureza saudável do seu comportamento de automutilação, bem como desenvolver uma relação real, de proximidade emocional, onde os nuances sádicos e masoquistas poderam coabitar e encontrar proteção nos impulsos compassivos, onde os paradoxos e ambivalências foram expostos e mentalizados, dentro das possibilidades da sua condição (Nathan, 2006; Yalom, 2006; Bradley & Western, 2005).

Ao longo do processo observamos que Sara tanto se recolhia, como descarregava toda a sua agressividade, para perceber se o setting tinha capacidade para conter as suas emoções. Á medida que paciente e psicóloga, aprendiam a transformar as suas angustias e medos e a acolher as resistências que emergiam, Sara começou a ser capaz de embalar o seu sofrimento, diminuindo a vontade de se cortar. A mentalização de todo o sofrimento foi comprometida pelo fecho precoce.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 435 - INTERVENÇÃO FOCADA NOS MODOS ESQUEMÁTICOS NO TRATAMENTO DO TRAUMA COMPLEXO: ESTUDO DE CASO

Tipo: Poster

Tema: Psicoterapia

Edijane Costa[1]

[1]Sophos Psicologia

O trauma complexo, decorrente de experiências interpessoais adversas prolongadas, como negligência e abuso, compromete a organização do self, a regulação emocional e os padrões relacionais (Herman, 1992; Cloitre et al., 2012). A Terapia Focada nos Esquemas (Young, Klosko, & Weishaar, 2003) conceptualiza estas dificuldades através dos modos esquemáticos, estados emocionais e comportamentais ativados em resposta a necessidades emocionais não satisfeitas. Evidência empírica tem demonstrado a eficácia da Terapia do Esquema em perturbações da personalidade e quadros crónicos de desregulação emocional frequentemente associados a histórias de trauma complexo (Giesen-Bloo et al., 2006; Bamelis et al., 2014)

Nestes quadros, observa-se frequentemente a ativação de modos como a Criança Vulnerável (dor emocional, vazio, medo, desamparo), o Protetor Desligado (evitamento experiencial, anestesia emocional, dissociação) e o Crítico Punitivo (vergonha, culpa, autoataque), cuja interação mantém o sofrimento psicológico (Young et al., 2003; Arntz & Jacob, 2013).

Apresenta-se o caso de A., 29 anos, com história de negligência emocional e ambiente familiar punitivo. O quadro incluía ansiedade, dissociação e instabilidade relacional. A conceptualização evidenciou dominância do Protetor Desligado, associado a Criança Vulnerável intensamente ativada e Crítico Punitivo severo.

A intervenção centrou-se na identificação e diferenciação dos modos, validação emocional e reparentalização limitada, reconhecida como mecanismo terapêutico central na mudança (Farrell & Shaw, 2012). Foram utilizadas técnicas experienciais, como imaginação guiada, reparentalização limitada, *Imagery Rescripting* e trabalho com cadeiras, com evidência na modificação de memórias emocionais e necessidades não satisfeitas (Arntz, 2012). Paralelamente, promoveu-se a redução de estratégias de coping desadaptativas e o fortalecimento do Modo Adulto Saudável.

Observou-se redução da evitação emocional e da autocrítica, melhoria da regulação emocional e maior estabilidade relacional, consistente com achados da literatura atual. Este caso ilustra a relevância clínica da intervenção focada nos modos esquemáticos na reorganização do self em trauma complexo.

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 34 - DO TRAUMA À SEGURANÇA: CARACTERIZAÇÃO DE QUATRO PERFIS PSICOSSOCIAIS QUE EXPLICAM COMO AS EXPERIÊNCIAS MOLDAM A SAÚDE MENTAL DE MINORIAS SEXUAIS

Tipo: Poster

Tema: Sexologia

Daniel Seabra[1], Diana Ribeiro da Silva[2], Jorge Gato[3], Nicola Petrocchi[4], Maria do Céu Salvador[2]

[1]Universidade Lusófona, [2]Universidade de Coimbra, [3]Universidade do Porto, [4]Universidade John Cabot

Minorias Sexuais incluem pessoas monossexuais, bi+ e assexuais. Estas pessoas enfrentam desafios adicionais que podem impactar significativamente a sua saúde mental. Modelos integrativos incorporam vários fatores distintos para explicar as disparidades ao nível da saúde mental, nomeadamente, o estigma, dimensões evolucionárias, processos distais e proximais e ainda experiências inter e intrapessoais ao longo do tempo.
Este estudo teve como objetivo identificar perfis entre 409 pessoas portuguesas que se autoidentificam como minorias sexuais, explorando o estigma e processos distais interpessoais de natureza evolucionária, bem como caracterizar esses perfis através da análise de processos proximais, indicadores de saúde mental e variáveis sociodemográficas. A identificação dos perfis foi realizada através de uma Análise de Perfis Latentes, que utilizou instrumentos de autorrelato que avaliaram memórias precoces de calor e afeto, experiências traumáticas de vergonha precoces, apoio social e discriminação homofóbica. Para a caracterização de cada perfil, as variáveis incluídas foram: idade, género, identidade de género, orientação sexual, residência, situação profissional, valores religiosos, antecipação do estigma, estigma internalizado, sensibilidade à rejeição, autocriticismo, vergonha, ocultação da orientação sexual, satisfação com a vida, sintomas depressivos e ansiosos e ansiedade social.
O modelo de quatro perfis demonstrou melhor ajustamento: perfis “Trauma”, “Marginalização”, “Resiliência” e “ Segurança”. A caracterização destes perfis evidenciou a influência não linear e complexa das experiências interpessoais sobre a saúde mental.



Palavras-Chave: Minorias sexuais , Saúde mental , Abordagem focada no estigma , Abordagem evolucionária

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 39 - SER, DESEJAR E SER DESEJADO: VIVÊNCIA DA SEXUALIDADE NA LESÃO VERTEBRO-MEDULAR

Tipo: Poster

Tema: Sexologia

Diana Pinto Coelho[1], Ana Luísa Quinta Gomes[2]

[1]Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto, [2]Centro de Psicologia da Universidade do Porto, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto

A lesão vertebro-medular (LVM) é uma condição neurológica que pode provocar mudanças significativas nas dimensões física, psicológica, relacional e social, afetando frequentemente o funcionamento sexual e a vivência da sexualidade. Embora a recuperação da função sexual seja reconhecida como uma prioridade na reabilitação, a sexualidade continua a ser insuficientemente abordada nos contextos clínicos. A evidência sugere que a satisfação sexual não é determinada exclusivamente por fatores biomédicos, sendo fortemente influenciada pelo ajustamento psicológico, pelas dinâmicas relacionais e por fatores socioculturais, incluindo o capacitismo. Contudo, permanece limitada a investigação sobre a forma como as pessoas com LVM reconstruem a sua sexualidade e negoceiam normas capacitistas. Assim, o presente estudo tem como objetivo explorar as experiências e os significados atribuídos à sexualidade das pessoas com LVM, bem como compreender o impacto do capacitismo na vivência sexual após a lesão.
A recolha de dados encontra-se em curso, estando a ser realizadas entrevistas semiestruturadas online com pessoas adultas (≥18 anos) com LVM adquirida há, pelo menos, um ano. Prevê-se a inclusão de aproximadamente 15 participantes recrutados por conveniência. As entrevistas exploram mudanças na sexualidade, barreiras no acesso à saúde sexual e significados atribuídos à intimidade, sendo posteriormente analisadas através de análise temática reflexiva.
Os resultados serão apresentados no congresso. Contudo, espera-se que que o estudo produza um conhecimento aprofundado sobre a forma como as pessoas com LVM experienciam e redefinem a sua sexualidade após a lesão, nomeadamente no que diz respeito à reconstrução da identidade sexual, da imagem corporal e dos significados atribuídos à intimidade. Prevê-se, igualmente, que os resultados clarifiquem de que modo os pressupostos capacitistas, presentes nos contextos de saúde, sociais e relacionais, moldam as experiências sexuais, bem como identifiquem os fatores facilitadores de um ajustamento sexual positivo.
Do ponto de vista clínico, os resultados poderão contribuir para informar práticas de reabilitação, formação de profissionais e o desenvolvimento de intervenções em saúde sexual mais inclusivas, sustentadas numa abordagem biopsicossocial.

Palavras-Chave: lesão vertebro-medular , sexualidade , fatores biopsicossociais , estudo qualitativo



Resumo Completo (Ficheiro)

PO 90 - MOTIVAÇÕES PARA O CONSUMO DE PORNOGRAFIA E INDICADORES DE DEPRESSÃO, ANSIEDADE E STRESS

Tipo: Poster

Tema: Sexologia

Jorge Cardoso[1], Ana Piteira[2], Ana Martins[2], Fábio Ferreira[2], José Brito[1], Telma C. Almeida[1]

[1]Egas Moniz Centre for Interdisciplinary Research (CiiEM); Egas Moniz School of Health and Science, [2]Egas Moniz School of Health and Science

A ampla acessibilidade às tecnologias digitais tem contribuído para o aumento do uso de pornografia (UP). Simultaneamente, verifica-se que indicadores de distress psicológico, como sintomas depressivos, ansiosos e de stress, revelam-se altamente prevalentes a nível global. Estes indicadores diferem na intensidade e nos processos de adaptação psicológica envolvidos, podendo estar relacionados com o UP. Existem três agrupamentos de motivações para o UP: motivações compensatórias, reforçadoras e exploratórias. Tem sido sugerido que o impacto do UP na saúde mental é melhor explicado pelas motivações subjacentes do que pela frequência de utilização. Este estudo visou analisar a relação entre as motivações para o uso de pornografia e indicadores de distress psicológico, tendo-se utilizado uma amostra de 370 adultos portugueses, com uma média etária de 28,18 anos (DP = 12,16). A maioria dos participantes (60%) reportou encontrar-se envolvido num relacionamento amoroso, verificando-se um UP predominantemente individual (78%). Os participantes preencheram online um questionário sociodemográfico e de caracterização dos hábitos de UP, a Escala de Motivações para o Uso de Pornografia e a Escala de Depressão, Ansiedade e Stress. Recorreu-se à análise de correlações canónicas para avaliar a relação multivariada entre 8 motivações para o UP e 3 indicadores de distress psicológico, procedendo-se posteriormente ao controlo das covariáveis género, estatuto relacional e frequência do UP. Os resultados evidenciaram dois padrões distintos: um padrão mais amplo e intenso, no qual as motivações compensatórias e exploratórias se associam a níveis mais elevados de depressão e stress; e um segundo padrão, no qual as motivações relacionadas com a distração emocional e a autoexploração se associam sobretudo a ansiedade e stress. Após o controlo das covariáveis, apenas o primeiro padrão permaneceu estatisticamente significativo, verificando-se que as motivações relacionadas com a insatisfação sexual, curiosidade sexual, redução de stress e autoexploração, estão associadas a indicadores depressivos e de stress. Os resultados obtidos sinalizam a relevância das motivações subjacentes ao UP na compreensão da sua associação com indicadores de distress psicológico. Este estudo contribui para a reforçar a pertinência de abordagens preventivas e interventivas focadas na dimensão motivacional do UP, designadamente no que concerne à eventual evolução para um uso problemático da mesma.

Palavras-Chave: Distress Psicológico , Motivações , Uso de Pornografia

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 375 - IMPLEMENTAÇÃO DE UMA CONSULTA PSICOLÓGICA STEPPED CARE NA MEIA-IDADE: ESTUDO PILOTO VIDA-X CONSULTA DE DESENVOLVIMENTO IDENTITÁRIO, AFETIVO E SEXUAL

Tipo: Poster

Tema: Sexologia



Sílvia Lopes[1], Armando F. Pinho[2], Catarina Chaves[2]

[1]ULS de Braga; Universidade do Minho, [2]ULS de Braga

A meia-idade constitui um período de transição marcado por alterações biopsicossociais relevantes, incluindo mudanças hormonais, impacto da doença crónica, reconfiguração das relações íntimas e desafios identitários, com repercussões na saúde mental e sexual. Apesar da elevada prevalência de dificuldades nestes domínios, a resposta nos cuidados de saúde primários (CSP) permanece frequentemente fragmentada e centrada em abordagens biomédicas. Este trabalho apresenta o desenho e implementação de um estudo piloto de uma consulta psicológica integrada, no âmbito do projeto VIDA-X, dirigida a adultos de 45 anos de idade numa Unidade de Saúde Familiar da ULS de Braga.

A intervenção assenta num modelo stepped care. Inicia-se com uma consulta única (60 minutos), estruturada por guião semi-estruturado, que integra triagem biopsicossocial e sexual e intervenção psicoeducativa imediata. São avaliados sintomas emocionais (ansiedade, depressão, burnout), dificuldades relacionais (conjugalidade, parentalidade, intimidade), alterações na função e satisfação sexual, impacto de condições médicas, stresse ocupacional, comportamentos de risco, crenças disfuncionais sobre sexualidade e envelhecimento, bem como fatores protetores.

A decisão clínica organiza-se em três níveis: (1) alta com reforço psicoeducativo; (2) intervenção grupal, incluindo grupos psicoeducativos de baixa intensidade (2 sessões) para dificuldades ligeiras e grupos interventivos (8 sessões) para situações de impacto moderado; (3) intervenção individual especializada e/ou referenciação para outras especialidades em situações de maior gravidade, nomeadamente psicopatologia significativa, disfunção sexual persistente ou risco psicossocial elevado.

O estudo adota um desenho misto, prospetivo, de viabilidade e implementação, com avaliação de aceitabilidade, viabilidade, fidelidade e utilidade clínica preliminar. Os indicadores incluem taxa de adesão, perfil de necessidades identificadas, padrões de encaminhamento, satisfação e utilidade percebida.

Este modelo pretende melhorar a deteção precoce, a adequação dos cuidados e a integração entre dimensões psicológicas e sexuais na meia-idade, contribuindo para a eficiência dos CSP. A evidência de eficácia clínica permanece limitada nesta fase, sendo necessária avaliação subsequente.

Palavras-Chave: Meia-idade; Stepped care; Saúde sexual; Cuidados Saúde Primários

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 376 - INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA STEPPED CARE EM ADOLESCENTES: ESTUDO PILOTO DE UMA CONSULTA DE DESENVOLVIMENTO IDENTITÁRIO, AFETIVO E SEXUAL NOS CSP

Tipo: Poster

Tema: Sexologia

Sílvia Oliveira Lopes[1], Armando F. Pinho[2], Catarina Chaves[2]

[1]ULS de Braga; Universidade do Minho, [2]ULS de Braga



A adolescência constitui um período crítico para o desenvolvimento identitário, afetivo e sexual, com impacto na saúde mental, nos comportamentos de risco e nas trajetórias de vida. Nos cuidados de saúde primários (CSP), estas dimensões são frequentemente abordadas de forma não estruturada, com subdeteção de necessidades e atraso na intervenção. Este trabalho apresenta o desenho e implementação de um estudo piloto de uma consulta psicológica integrada, no âmbito do projeto VIDA-X, dirigida a adolescentes de 15 anos numa Unidade de Saúde Familiar da ULS de Braga.

A intervenção assenta num modelo stepped care. Inicia-se com uma consulta única (60 minutos), estruturada por guião semi-estruturado, que integra triagem biopsicossocial e sexual e intervenção psicoeducativa imediata. São avaliados sintomas emocionais, dificuldades relacionais (familiares e entre pares), comportamentos de risco, exposição a violência (incluindo no namoro), uso problemático de pornografia e internet, dificuldades identitárias, literacia sexual e crenças disfuncionais, bem como fatores protetores.

A decisão clínica organiza-se em três níveis: (1) alta com reforço psicoeducativo; (2) intervenção grupal, incluindo grupos psicoeducativos de baixa intensidade (2 sessões) para situações leves e grupos interventivos (8 sessões) para dificuldades moderadas; (3) intervenção individual especializada e/ou referenciação para outras especialidades em situações de maior gravidade ou ausência de resposta.

O estudo adota um desenho misto, prospetivo, de viabilidade e implementação, com avaliação de aceitabilidade, viabilidade, fidelidade e utilidade clínica preliminar. Os indicadores incluem taxa de adesão, perfil de necessidades identificadas, padrões de encaminhamento, satisfação e utilidade percebida.

Este modelo pretende melhorar a deteção precoce, a adequação dos cuidados e a eficiência dos CSP, através de uma resposta proporcional e estruturada. A evidência de eficácia clínica permanece limitada nesta fase, sendo necessária avaliação subsequente.

Palavras-Chave: Adolescência; Stepped care; Saúde Sexual; Cuidados Saúde Primários

Resumo Completo (Ficheiro)

PO 442 - CARATERIZAÇÃO DE INDICADORES DE SAÚDE SEXUAL E REPRODUTIVA: UMA ANÁLISE DESCRITIVA NA COORTE GERAÇÃO XXI

Tipo: Poster

Tema: Sexologia

Maria Leonor Teixeira[1], Joana Carvalho[2], Hugo S. Gomes[3]

[1]-, [2]William James Center for Research, Departamento de Educação e Psicologia da Universidade de Aveiro, [3]Instituto de Saúde Pública da Universidade do Porto

Introdução: A saúde sexual e reprodutiva constitui uma dimensão central da saúde e do bem-estar, com impacto direto na qualidade de vida das populações. A existência de limitações na disponibilidade de dados atualizados dificulta a compreensão do estado atual neste domínio. Neste sentido, torna-se essencial caracterizar os principais indicadores de saúde sexual e reprodutiva no contexto nacional. **Objetivo:** Caracterizar indicadores de saúde sexual e reprodutiva da última vaga de recolhas do projeto Geração XXI. **Métodos:** Este estudo baseia-se na análise de dados recolhidos no âmbito da Geração XXI, uma coorte longitudinal que recolheu dados de recém nascidos no Porto em 2005/2006, e efetuou vagas de recolha posteriores aos 0, 4, 7, 13 e 18 anos. Adotando um desenho descritivo, será

conduzida uma análise descritiva dos indicadores da saúde sexual e reprodutiva: idade de início da atividade sexual, número de parceiros, contraceção, vitimização e perpetração sexual, infeções sexualmente transmissíveis e satisfação sexual, recorrendo à vaga de recolha mais recente da Geração XXI, empregando análises estatísticas descritivas (medidas de tendência central/ dispersão e distribuição de frequências). **Resultados esperados:** Os resultados deverão permitir caracterizar os principais indicadores de saúde sexual e reprodutiva, identificando padrões dos comportamentos sexuais e reprodutivos da população analisada. **Conclusão:** Esta caracterização permitirá apoiar a reflexão sobre práticas profissionais, contribuindo para o desenvolvimento de intervenções, programas de educação em sexualidade e políticas públicas mais ajustadas.

Palavras-Chave: Saúde Sexual e Reprodutiva , Estudos de Coorte , Saúde Pública

Resumo Completo (Ficheiro)