

Included studies had to be based on a self-regulation theory and to report at least one of the associations between PGB, SR and WB. Vote-counting was used to identify significant and non-significant associations and their consistency with hypotheses. Six studies were included. Three studies investigated 15 associations between PGB and WB, 60% of these were non-significant and 40% significant. All significant associations were consistent with hypothesis. Three studies investigated 20 associations between PGB and SR, 50% of these were non-significant and 50% significant. 45% were consistent and 5% non-consistent with hypothesis. Five studies investigated 47 associations between SR and WB, 40% of these were non-significant and 60% significant. 49% were consistent and 11% non-consistent with hypothesis. Research in parenthood provided only moderate support to the claims of SR theory. Evidence will be discussed in the light of the methodological quality of the studies included.

Sara Mesquita Garganta da Silva

School of Psychology, Cardiff University (UK)

[DaSilvaSM@cardiff.ac.uk](mailto:DaSilvaSM@cardiff.ac.uk)

<http://psych.cf.ac.uk/contactsandpeople/pgs/dasilva.php>

91047920

## **SAÚDE MENTAL DE JOVENS ADULTOS AÇOREANOS: NÍVEIS DE PSICOPATOLOGIA E DE BEM-ESTAR**

**Kelly Monte, Sónia Alves, & Carla Fonte**

Universidade Fernando Pessoa - Faculdade de Ciências Humanas e Sociais

Em termos históricos, a investigação da saúde mental alicerçou-se nos pressupostos teóricos do modelo médico, que a define como a ausência de doença mental ou psicopatologia. Recentemente, a Organização Mundial de Saúde (WHO, 2005) definiu a saúde mental como “um estado de bem-estar no qual o indivíduo realiza as suas próprias capacidades, pode lidar com o stress normal da vida, trabalha de forma produtiva e frutífera e é capaz de dar um contributo a si ou à sua comunidade”. Esta definição associa-se ao modelo de saúde, para o qual a saúde mental para além da ausência de doença mental, envolve o bem-estar, designada por alguns autores de saúde mental positiva (Keyes, 2005). Neste sentido, apresenta-se um estudo, que tem como objetivo caracterizar a saúde mental de jovens adultos açorianos relativamente à doença mental/psicopatologia e à saúde mental positiva/bem-estar. Participaram 156 jovens adultos com idades compreendidas entre os 18 e os 30 anos, residentes na ilha de São Miguel, Açores, nas freguesias de Mosteiros, Várzea, Ginetes, Candelária, Feteiras e Relva. Os dados foram recolhidos com recurso a um Questionário Sócio-Demográfico, a Versão Portuguesa da Escala de Bem-Estar Mental de Warwick-Edinburgh (WEMWBS) e a Escala de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS). Em termos de resultados, como se trata de um estudo em curso, apresentar-se-ão os níveis de psicopatologia em termos de ansiedade e depressão e os níveis de saúde mental positiva/bem-estar. Analisar-se-á ainda a relação entre ambos, bem como algumas diferenças de acordo com a idade, género e situação profissional.

Kelly Pavão Monte

Universidade Fernando Pessoa

[26002@ufp.edu.pt](mailto:26002@ufp.edu.pt)

918990822

## **EMPATIA E ENGAGEMENT COMO PREDITORES DO BURNOUT EM CUIDADORES FORMAIS DE IDOSOS**

**Bruna Monteiro<sup>1</sup>, Cristina Queirós<sup>1,2</sup>, & António Marques<sup>2,3</sup>**

<sup>1</sup> Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto; <sup>2</sup> Laboratório de Reabilitação Psicossocial da FPCEUP/ESTSPIPP; <sup>3</sup> Escola Superior de Tecnologia da Saúde do Porto - Instituto Politécnico do Porto

O envelhecimento da população exige uma melhoria dos cuidados prestados aos idosos (Ozçakar et al., 2012), desempenhando os cuidadores formais um papel fundamental. Os riscos psicossociais associados a esta actividade têm sido estudados, nomeadamente o burnout (Cocco, 2010; Iordanou et al., 2009) e sua relação com a falta de empatia (Passalacqua & Segrin, 2012) e desmotivação para a tarefa (Schaufeli & Salanova, 2011), com prejuízos evidentes para o acto de cuidar.

Verificar se a empatia e o engagement constituem preditores do burnout em cuidadores formais de idosos.

Participaram 78 cuidadoras formais de idosos a trabalhar em lares e centros de dia do concelho de Castelo de Paiva, Aveiro, predominantemente casadas (83%), com filhos (85%), baixa escolaridade (59% com 9º ano), idade média 42,3 anos e média de tempo de serviço de 8,2 anos. Usou-se um questionário de auto-preenchimento com versões portuguesas da JSPE (Hojat et al., 2001; Rodrigues, 2008), UWES (Schaufeli & Bakker, 2003; Marques-Pinto & Picado, 2011) e MBI (Maslach & Jackson, 1997; Marques-Pinto & Picado, 2011).

Encontraram-se baixos valores de burnout (EE=2,02; DP=0,92 e RP=5,30) e elevados níveis de engagement (entre 5,39 e 5,74) e empatia (5,77). A pouca empatia prediz 11% da exaustão e 18% da despersonalização, enquanto o alto engagement prediz 18% da realização pessoal.

A motivação para a tarefa parece prevenir o burnout, mas é necessário investigar se a empatia evita o burnout (Kataoka et al., 2012) ou se é este que faz diminuir a empatia (Larson & Yao, 2005).

Bruna Daniela Santos Monteiro

Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto

Rua Alfredo Allen, s/n, 4200-135 Porto

[mipsi08050@fpce.up.pt](mailto:mipsi08050@fpce.up.pt)

[www.fpce.up.pt](http://www.fpce.up.pt)

## **STRESS NOS ESTUDANTES DO ENSINO SUPERIOR: REPERCUSSÕES NA VARIABILIDADE DA FREQUÊNCIA CARDÍACA**

**Iolanda Monteiro, Rui Gomes, Ana Patrícia Silva & Teresa Guimarães**

Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa, Instituto Politécnico de Lisboa

Os estudantes do ensino superior são frequentemente confrontados com situações geradoras de stress e ansiedade - em particular nos momentos de avaliação -, com impacto a nível da realização académica e da suscetibilidade à doença. Produzindo alterações no sistema cardiovascular, é objetivo deste estudo identificar níveis de stress em estudantes do ensino superior e suas repercussões na variabilidade da frequência cardíaca (VFC). Foram aplicados o Inventário do Stress em Estudantes Universitários (ISEU), a Escala de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS-21) e realizado registo de 24 horas de eletrocardiograma em ambulatório, em 2 dias de atividades letivas (sendo um deles dia de exame), a uma amostra de 17 estudantes do ensino superior, 76,5% do sexo feminino e idade média 19,8 anos (DP=1,2). Os estudantes revelaram níveis moderados de stress, identificando a “ansiedade aos exames” como stressor mais significativo. Foram encontrados valores mais baixos da VFC no dia do exame, bem como um aumento da FC durante a realização da avaliação (com picos aos 10 minutos antes do seu início e 5 minutos antes do final), alterações que correspondem a uma ativação do sistema nervoso simpático em resposta a situações indutoras de stress. Ao apontarem para a existência de situações percebidas como geradoras de stress, como os momentos de avaliação, com repercussão a nível cardiovascular, estes resultados sublinham a necessidade de intervenções