UNIVERSIDADE BEIRA INTERIOR

FACULDADE CIÊNCIAS SOCIAIS E HUMANAS

5as Conferências Internacionais em Psicologia Clínica e da Saúde

SAÚDE MENTAL, MUDANÇAS SOCIAIS E AMBIENTAIS, INOVAÇÃO E TECNOLOGIA EM PSICOLOGIA CLÍNICA E DA SAÚDE

FCSH | Universidade da Beira Interior | 20 e 21 de maio

LIVRO DE RESUMOS

EDITORES

Manuel Loureiro, Graça Esgalhado, Patricia Silva,
Ana Santos & Juliana Gonçalves

TÍTULO: QUINTAS CONFERÊNCIAS INTERNACIONAIS EM PSICOLOGIA CLÍNICA E DA SAÚDE DA UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR – SAÚDE MENTAL, MUDANÇAS SOCIAIS E AMBIENTAIS, INOVAÇÃO E TECNOLOGIA EM PSICOLOGIA CLÍNICA E DA SAÚDE - RESUMOS

EDITORES: MANUEL LOUREIRO / GRAÇA ESGALHADO / PATRICIA SILVA / ANA SANTOS / JULIANA GONÇALVES

FACULDADE DE CIÊNCIAS SOCIAIS E HUMANAS – FCSH / UBI ESTRADA DO SINEIRO, S/N • 6200-209 COVILHÃ

5ª EDIÇÃO: MAIO DE 2026

EDITOR | UBI - UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR. SERVIÇOS GRÁFICOS

ISBN: Em breve

QUINTAS CONFERÊNCIAS INTERNACIONAIS EM PSICOLOGIA CLÍNICA E DA SAÚDE DA UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR

"Saúde mental, mudanças sociais e ambientais, inovação e tecnologia em psicologia clínica e da saúde"

RESUMOS

Editado por:

Manuel Loureiro, Graça Esgalhado, Patricia Silva, Ana Santos & Juliana Gonçalves

Maio de 2026

Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, UBI, Covilhã

Sítio do congresso: https://ci-pcs.ubi.pt/ https://5ci-pcs.ubi.pt/

COMISSÃO CIENTÍFICA

Alejandro Villena – Universidad Internacional de La Rioja (UNIR)
Amanda Clinton – Senior Director Affairs American Psychological Association
Ana Cunha – Universidade da Beira Interior
Ana Saraiva Amaral – Universidade da Beira Interior
Ana Torres – Universidade da Beira Interior
Anabela Pereira – Universidade de Évora
André Oliveira – Universidade da Beira Interior
Antonio Cabaco – Universidade Pontifícia de Salamanca
Carla Sofia Nascimento – Universidade da Beira Interior
Cláudia Silva – Universidade da Beira Interior
Cristina Queirós – Universidade do Porto
Fátima Simões – Universidade da Beira Interior
Felipe Alckmin Carvalho – Universidade da Beira Interior
Filipa Pimenta – ISPA-Instituto Universitário
Graça Esgalhado – Universidade da Beira Interior
Isabel Leal – ISPA-Instituto Universitário
João Maroco – ISPA-Instituto Universitário
Jorge Cardoso – Instituto Universitário Egas Moniz
Jorge Costa – Universidade da Beira Interior
José Luís Pais Ribeiro – Universidade do Porto
Ludovina Ramos – Universidade da Beira Interior
Luísa Barros – Universidade de Lisboa
Margarida Gaspar de Matos – Universidade de Lisboa
Maria da Graça Pereira – Universidade do Minho
Maria Miguel Barbosa da Costa – Universidade da Beira Interior
Marian Bakermans-Kranenburg – ISPA-Instituto Universitário; San Sebastián University
Marina Carvalho – Instituto Superior Manuel Teixeira Gomes
Marta Alves – Universidade da Beira Interior
Martim Santos – Universidade da Beira Interior
Patrícia Pascoal – Universidade Lusófona
Paula Carvalho – Universidade da Beira Interior
Paulo Rodrigues – Universidade da Beira Interior
Paulo Vitória – Universidade da Beira Interior
Pedro Costa – ISPA-Instituto Universitário
Pedro Nobre – Universidade do Porto
Rosa Marina Afonso – Universidade da Beira Interior
Rute Meneses – Universidade Fernando Pessoa
Samuel Monteiro – Universidade da Beira Interior
Sandra Carina Guimarães – Universidade da Beira Interior
Sara Monteiro – Universidade de Aveiro
Sofia Campos – Instituto Politécnico de Viseu
Sónia Costa – Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro
Vítor Costa – Universidade da Beira Interior

COORDENAÇÃO DA COMISSÃO CIENTÍFICA

Manuel Loureiro – Universidade da Beira Interior (coordenador)

ORGANIZAÇÃO

3º Ciclo em Psicologia Clínica e da Saúde - Universidade da Beira Interior

COMISSÃO ORGANIZADORA

Ana Nunes
Ana Margarida Jerónimo
Ana Santos
Areolina Duran
Camila Dias
Carla Pereira
Catarina Matos
Christhianny Oliveira
David Henriques
Filipa Inácio
Graça Esgalhado (Coordenadora)
Inês Batista
Joana Santos
Joana Urbano
Juliana Gonçalves
Leonor Algarvio
Lídia Ferreira
Madalena Cruz
Maria Salomé Santos
Mariana Silva
Patrícia Silva
Raquel Marques
Rita Castelo
Vitória Lopes

APOIOS

FACULDADE CIÊNCIAS SOCIAIS E HUMANAS
Departamento de Psicologia e Educação

UNIVERSIDADE BEIRA INTERIOR

OS NOSSOS CONTACTOS

conferenciaspcs.ubi@gmail.com
https://5ci-pcs.ubi.pt/
@ci.pcs.ubi
Estrada do Sineiro, 6200-209, Covilhã

Índice

PREÂMBULO ***14***

CAPÍTULO 1 – COMUNICAÇÕES LIVRES ***15***

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 1 ..... ***15***

1. Intervenções psicodramáticas na saúde mental de adolescentes: processos de mudança terapêutica individual em grupo 15

2. Implementação inicial do programa Tuning in to Kids® em Portugal: Resultados preliminares 15

3. Intervenção de posvenção em contexto escolar: Dinamização do Programa Mais Contigo 16

4. Crenças Sobre Tabaco, Intenção de Fumar e Comportamento Tabágico no 3. º Ciclo 17

5. Tabagismo no ensino secundário: crenças, intenção e comportamento tabágico 17

6. Cresce(r) Comigo: avaliação longitudinal de uma intervenção psicológica de promoção da saúde mental em contexto escolar TEIP 18

7. Co-construção narrativa na parentalidade de uma criança com Paralisia Cerebral: um estudo de caso 19

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 2 ..... ***19***

1. A systematic review about perinatal maternal and paternal anxiety and depression and infant developmental and mental health outcomes 19

2. LGBTfobia: corpos desautorizados de existir 20

3. Desafios da Educação Sexual e Reprodutiva em Moçambique: Entre Políticas e Prática .. 20

4. Understanding Help-Seeking Behaviour in Portuguese Women with Urinary Incontinence: An Explanatory Model 21

5. Perceção da Vítima Masculina: Estereótipos, Gravidade e Ajuda em Estudantes Universitários Portugueses 22

6. Depression and anxiety during the postpartum period and the infant's socioemotional development 22

7. Saúde mental materna e contributos da criança na relação aos seis meses 23

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 3 ..... ***24***

1. Qualidade de vida percebida em pessoas com queixas psicopatológicas 24

2. Perfis Afetivos Latentes e a sua Associação com Perturbação de Stress Pós-Traumático, Perturbação de Stress Pós-Traumático Complexa e Vinculação 24

3. Eficácia do Biofeedback na Promoção da Saúde Física e Mental. Revisão Sistemática (2022–2025) 25

4. Relação entre Autoestima e Resiliência em Adultos: Diferenças em Função do Género, Idade, Escolaridade e Estatuto Socioeconómico 26

5. Saúde mental em adultos com diabetes tipo 1: uma revisão sistemática de literatura 26

6. Potência teta frontal e coerência alfa frontoparietal na perturbação depressiva major 27

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 4 ..... ***28***

1. Barreiras, Normas Subjetivas e Comportamento Alimentar Sustentável: Resultados Preliminares 28

2. “There is no Plan(et) B”: The Environmental Burden of Portuguese Young Adults 28

3. Caracterização do Trauma Climático: Perfis Latentes e Fatores de Risco em Adultos Portugueses 29

4. Eco-ansiedade e luto climático: Revisão da literatura científica em Língua Portuguesa.... 29

5. Lazer & Coping em Tempos Ecologicamente Desafiantes..... 30

6. Ligação ao lugar, risco e comportamentos de proteção face à erosão costeira 31

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 5**.....*****31***

1. Fibromialgia na Adolescência: Uma Abordagem Integrada para a Interrupção do Ciclo Dor–Emoção 31

2. Interação de um Modelo Relacional Integrativo e Intervenção: Um Estudo de Caso 32

3. Luto Antecipatório em Familiares de Doentes Oncológicos 33

4. Construção de Significado e o Crescimento Pós-Traumático no Luto 33

5. Ser Altamente Sensível: Entre a Vulnerabilidade Emocional e a Eficácia Empática..... 34

6. Imprisonment And Personality Disorders..... 35

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 6**.....*****35***

1. BDSM e Neurodivergência: Pontos de Encontro 35

2. Escala de Atitudes e Crenças Heteronormativas: Adaptação e Validação para Portugal ... 36

3. An Analysis of Openness, Sexual Attitudes, Behaviors and Expectations in Consumers of Mainstream and Ethical Pornography..... 37

4. Efeitos Neuropsicológicos Decorrentes do Consumo de Material Pornográfico: Uma Revisão Integrativa 37

5. Entre Amor e Desejo: Erotismo na Maturidade e Saúde Sexual 38

6. Predictors of Lifetime HIV Non-Testing Among Brazilian Gay Men 39

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 7**.....*****39***

1. Saúde Sexual em Mulheres com HPV: Da Identificação de Necessidades ao Desenvolvimento de um Programa Psicoeducativo..... 39

2. Dinâmicas Subjetivas e Expectativas em Teatro Terapêutico com Adolescentes Vulneráveis 40

3. Efeitos de um Vídeo Psicoeducativo na Literacia em Saúde Mental: Um Ensaio Clínico Aleatorizado..... 41

4. WIW Project: Resultados de uma intervenção psicoeducativa baseada na comunidade para o bem-estar psicossocial de mulheres migrantes 41

5. Lidar com a Ansiedade no Ensino Secundário: Adaptação do Programa “4YourMind” ... 42

6. Formação de Não Profissionais em Primeira Ajuda Psicológica: Avaliação de um Programa..... 43

7. Estilos Parentais em Contextos Continental e Insular: Um Projeto de Investigação em Curso sobre Saúde Mental Infantil e Familiar 43

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 8**.....*****44***

1. Bem-Estar e Regulação Emocional em Estudantes de 1. º ano da UBI 44

2. Perceções, conhecimentos e práticas educativas sensíveis ao trauma, em docentes do Ensino Superior..... 45

3. Saúde mental no ensino superior: expectativas de docentes face a Grupos Balint 46
4. Saúde Mental e Bem-Estar estudantil: Dados preliminares de um estudo de caracterização 46
5. Por uma comunidade académica unida: Análise de clusters de SOC no ES 47
6. Educational Pathways and Adaptation to Higher Education in Students with Autism Spectrum Disorder 48
7. Integração Académica e Saúde Mental no Ensino Superior: Um Estudo Qualitativo 48
SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 9 ***..... 49***
1. Diagnóstico Colaborativo e Capacitação Local para Comunidades Amigas da Demência 49
2. Eficacia de un Protocolo de Cribado del DCL en Personas Mayores 50
3. Intervención psicoeducativa para favorecer un envejecimiento activo y saludable 50
4. Projeto de Intervenção comunitária "Aproximar" para um envelhecimento ativo: resultados preliminares 51
5. Entre idealismo e desgaste: Motivação e stressores no trabalho com pessoas refugiadas .. 52
SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 10 ***..... 52***
1. Pobreza, etnicidade e saúde psicossocial: Dados preliminares de um estudo qualitativo... 52
2. Discriminação, Resiliência e Saúde Mental: Estudo Comparativo entre Géneros na População Portuguesa 53
3. Emergência versus integração: Diferenças na saúde mental de profissionais com refugiados 54
4. Mediação cultural e inovação em psicoterapia psicanalítica: contributos do trabalho com migrantes 54
5. A clínica psicológica sob a lógica neoliberal: compromisso entre política normativa e política alternativa 55
6. A clínica psicológica sob a lógica neoliberal: tensões nas práticas profissionais 56
SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 11 ***..... 56***
1. Intimidade com chatbots: personalidade, pertença e antropomorfismo em jovens portugueses 56
2. AI companions and lonely College Students: Results from a systematic review 57
3. Comportamentos online e adições às novas tecnologias 58
4. Comprometimento Cognitivo em Estudantes Universitários: O Papel Moderador do uso Problemático do Smartphone 58
5. Entre recurso facilitador e fator de vulnerabilidade: uma análise exploratória das perceções de jovens adultos sobre o uso do digital 59
6. A Relação entre a Dependência do Smartphone, Distress Psicológico e Solidão na Era Digital 59
SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 12 ***..... 60***
1. Relação entre qualidade do sono e burnout nos estudantes de medicina 60
2. Compreender o quiet quitting no trabalho: Estudos de validação no contexto português .. 61
3. Preditores de performance no trabalho: Worklife Balance, Meaning e Saúde 61
4. Stress Ocupacional e Satisfação com a Vida em Profissionais do Contexto Prisional 62

5. Autoestima e sintomas depressivos em jovens adultos segundo género e situação profissional 63

6. Uma visão psicológica dos impactos dos sistemas autónomos e inteligentes no bem-estar e na saúde ocupacional: Revisão sistemática de métodos mistos 63

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 13 64

1. Conflito Trabalho-Família e Ajustamento Psicológico Infantil: O Papel da Saúde Mental Parental 64

2. Parentalidade à distância: Comunicação parental, stress parental e reflexos na ansiedade, depressão e stress 65

3. Coping diádico e ajustamento da criança: O papel da desregulação emocional parental 65

4. Longitudinal trajectories of parental mental health and child outcomes following pediatric burns 66

5. Intergenerational impact of maternal adversity: prenatal PTSD and infant temperament six months 66

6. Bem-Estar Sexual e Qualidade de Vida na Lesão Vertebro-Medular: Uma Perspetiva Biopsicossocial 67

7. Coparentalidade e emoções da criança: Associações com o ajustamento parental e infantil 68

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 14 68

1. Adaptação e Validação Psicométrica de uma Escala de Atitudes face à Gestação de Substituição em Portugal 68

2. Atitudes face à IA: Revisão de um instrumento e proposta de validação 69

3. Coping Strategies Questionnaire in Primary Dysmenorrhea: psychometric properties 70

4. Adapting the Symptom Checklist (SCL-90) for Portugal: Beyond Translation Towards Construct Equivalence 70

5. Variáveis Psicológicas na Avaliação Psicológica nas Forças de Segurança: Revisão Sistemática da Literatura 71

6. Green Eating Behaviours: Psychometric properties in a representative sample of Portuguese adults 72

CAPÍTULO 2 – POSTER 73

1. Preditores de bem-estar nos profissionais de intervenção em emergência de Portugal: O papel mediador do equilíbrio trabalho-vida pessoal 73

2. Sense of Belonging in Immigrant Students: A PRISMA review 73

3. Prevenção do HPV em Homens Trans: Vulnerabilidades e Respostas em Saúde 74

4. Desafios na Saúde Sexual de Pessoas Trans com Lesão Vertebro-Medular 74

5. Tutorias no ensino superior: contributos para as emoções e satisfação dos estudantes 75

6. Programa de Intervenção Precoce nas Alterações da Memória (PIPAM) 76

7. Saúde Mental e Bem-Estar em Estudantes de 1. ºano da UBI 76

8. A Regulação Emocional em Adultos com Deficiência Intelectual: Revisão Sistemática da Literatura 77

9. Determinantes familiares da intenção de participar em programas parentais focados nas emoções 77

10. Bateria de Avaliação Neuropsicológica Infantil Computorizada (BENCI): Tradução e adaptação transcultural em Portugal 78

11. Estudo das propriedades psicométricas da Photo Manipulation Scale em Adolescentes Portugueses 79

12. Transformações Psíquicas e Clínicas no Trabalho Psicodinâmico com Refugiados: Resultados Preliminares 79

13. Presa na perda. Estudo de um luto complicado 80

14. Atividades de Lazer e Bem-Estar Psicológico em Adultos Portugueses 81

15. Cibercondria: papel preditivo na ruminação, suscetibilidade à doença mental e gravidade percebida 81

16. Estudo de Caso: Violências e Adaptação das Criadoras de Conteúdo em Portugal 82

17. Coparentalidade e Dificuldades de Envolvimento Emocional Mãe-bebé no pós-parto 82

18. Propriedades Psicométricas da Irrational Procrastination Scale em Adultos Portugueses 83

19. Educação Ambiental e Aprendizagem Baseada em Projetos: Revisão Sistemática da Literatura 84

20. Efeitos do consumo de bebidas energéticas na saúde mental 84

21. How university students describe emotional difficulties: Preliminary findings from conventional content analysis 85

22. Perceção da Qualidade de Vida em Indivíduos com Diabetes Mellitus Tipo 2 86

23. Regulação Emocional Interpessoal na Transição para a Parentalidade: Protocolo de um Estudo Longitudinal Multimétodo 86

24. Lazer em Função da Idade em Adultos Portugueses 87

25. RETHINK – Parenting and Anger Management: Adaptação, Implementação e Avaliação da Eficácia em Pais de Adolescentes Portugueses 88

26. Regulação Emocional e Academic Buoyancy no Ensino Superior: Revisão Sistemática da Literatura 88

27. Fatores determinantes das motivações para a parentalidade: protocolo de uma scoping review 89

28. Stress and coping strategies in caregivers of patients with brain injury 90

29. Psychological care protocol for women victims of gender violence in an emergency hospital 90

30. Falhas cognitivas e sintomas psicopatológicos: civis vs. militares portugueses 91

31. Para Além da Sobrevivência: Intervenções de Grupo Breves em Sobreviventes de Cancro da Mama 92

32. Evidence-Based Psychotherapeutic Interventions for Adolescents with ADHD: A Systematic Review 92

33. Quando o Corpo Responde à Emoção: Perturbação Neurológica Funcional na Adolescência 93

34. Fator Socioeconómico como Determinante do Risco Familiar: Evidências de uma Amostra Comparativa 93

35. Intervenções Psicológicas Breves Digitais no Envelhecimento: Uma Revisão Integrativa da Literatura 94

36. Mental health of international students in non-English-speaking Europe: A narrative review of acculturative stress, language barriers, and the case of Portugal 95

37. Impacto do Tecnostress associado à Inteligência Artificial na Ansiedade de Trabalhadores 95

CAPÍTULO 3 – SIMPÓSIOS ***..... 96***

SIMPÓSIO 1. PRIMEIRA INFÂNCIA: DO VÍNCULO À AUTORREGULAÇÃO - CONSTRUIR FUNDAMENTOS PARA A VIDA ***..... 96***

1. A primeira infância: da definição de conceitos à sua importância 97

2. Estilos de vinculação, o dia-a-dia de uma Unidade de Primeira Infância 98

3. Chegou a hora de ir para a cama! - Sono na Primeira Infância 98

4. Todos para a mesa! - Alimentação na Primeira Infância 99

5. Birras e oposição na primeira infância: quando o comportamento é uma forma de comunicação 100

SIMPÓSIO 2 - DIVERSIDADE, INCLUSÃO E COMBATE À DISCRIMINAÇÃO EM DIFERENTES POPULAÇÕES E CONTEXTOS ***..... 100***

1. Discurso de ódio no ensino superior: Um retrato das perceções de estudantes do 1.º ano da Universidade da Beira Interior 101

2. Abordagem de cooperação multidisciplinar para prevenir e combater o crime de ódio e o discurso de ódio em Portugal: Contributos do projeto COOPERHATE 102

3. Associations Between Diversity Climate Perceptions and Quality of Working Life: A study with workers in Portugal. 102

4. Avaliação da perspetiva de professores sobre o ensino, integração e adaptação de crianças e adolescentes migrantes 103

5. Necessidades Emocionais e Políticas de Proteção de Refugiados Ucranianos em Portugal: Um estudo qualitativo 104

SIMPÓSIO 3 - CUIDADO E INTERVENÇÃO NA DEMÊNCIA: PERSPETIVAS DA PSICOLOGIA CLÍNICA E DA SAÚDE ***..... 104***

1. Estudo Qualitativo sobre os Cuidados de Imagem e Personhood em Pessoas com Demência 105

2. Comunicação Clínica na Demência: Evidência em Profissionais de Saúde 106

3. “Recuerda y comparte”: Viabilidade e efeitos de um programa de reminiscência baseada em locais com realidade virtual 106

4. Têxteis Sensoriais no Cuidado à Demência: Materialidade, Identidade e Bem-Estar 107

5. Cuidar quem cuida: eficácia de uma intervenção online baseada em terapias de terceira geração (MINDxYOU) 108

SIMPÓSIO 4 - PSICOLOGIA MILITAR: AVALIAÇÃO, ROBUSTEZ MENTAL E INTERVENÇÃO EM CONTEXTOS DE ELEVADA EXIGÊNCIA ***..... 109***

1. Avaliação Psicológica na Seleção Militar: Enquadramento Funcional e Inovação no Exército Português 109

2. Programa de Promoção da Robustez Mental nos cursos de formação inicial do Exército Português 110

3. Robustez Mental em Contexto Militar: Revisão Crítica e Integração Conceptual para o Exército Português 110

4. Adaptação e validação do SMTQ para o contexto dos Comandos portugueses 111

5. Instrumentos Cognitivos Breves para Avaliação da Robustez Mental em Contexto Militar 112

SIMPÓSIO 5 - BIOMARCADORES MULTINIVEL EN ALZHEIMER: EEG, MODELIZACIÓN COMPUTACIONAL Y PACIENTES IN SILICO.....112

1. Modelização do pico alfa individual no envelhecimento saudável através da parametrização espectral 113

2. Modelação de sujeitos in silico com défice cognitivo e doença de Alzheimer através de Large Language Models 113

3. Entropia Espectral de Fontes EEG na Doença de Alzheimer: Localização com sLORETA e Classificação por Machine Learning 114

4. Diferenças na cordância cerebral entre envelhecimento saudável, défice cognitivo ligeiro e doença de Alzheimer 115

5. Sonoluminografia como biomarcador computacional na doença de Alzheimer..... 115

SIMPÓSIO 6 - ENVELHECER COMO PROJETO DE FUTURO: HORIZONTES E DESAFIOS EM PSICOLOGIA CLÍNICA E DA SAÚDE.....116

1. Fatores associados ao bem-estar na reforma: desenho de estudo de revisão sistemática da literatura 116

2. Alterações Climáticas e Envelhecimento: uma revisão narrativa da literatura 117

3. Envelhecer é Habitar o Tempo: Bem-Estar Psicológico em Territórios de Baixa Densidade — Revisão Narrativa da Literatura 118

4. Solidão na idade adulta: implicações e especificidades na velhice..... 119

5. Programa REMINDER: Da Viabilidade ao Ensaio Clínico Randomizado 119

SIMPÓSIO 7 - ENVELHECIMENTO, DEFICIÊNCIA INTELECTUAL E CAPACIDADE DE DECISÃO EM SAÚDE: DESAFIOS PARA A PSICOLOGIA CLÍNICA E DA SAÚDE 120

1. Envelhecimento e Deficiência Intelectual: um estudo qualitativo com cuidadores formais 121

2. Identidade e envelhecimento na deficiência intelectual: estudo qualitativo sobre cuidados formais 121

3. Tomada de decisão na saúde em pessoas mais velhas com deficiência intelectual 122

4. Estudo da Fiabilidade Interavaliadores do IAC-Saúde 122

5. Capacidade de Decisão em Saúde e Sintomatologia Depressiva e Ansiógena 123

SIMPÓSIO 8 - MARCADORES NEUROFISIOLÓGICOS DE VULNERABILIDADE PARA A PSICOPATOLOGIA - CONTRIBUTOS DA ABORDAGEM TRANSDIAGNÓSTICA.....124

1. Dissociação do P3 como mecanismo transdiagnóstico numa tarefa de recompensa monetária 124

2. Dissociação do MMN nos Espectros do Autismo e da Esquizofrenia..... 125

..... 126

3. O papel das dimensões transdiagnósticas de internalização e alexitimia na modulação dos potenciais evocados cardíacos 126

4. Modulação do P3/LPP em dimensões da psicopatologia: o impacto da idade 126

5. Novas métricas de EEG/ERPs na procura de biomarcadores da saúde mental 127

SIMPÓSIO 9 - TRAJECTORIES OF AGING AND SEXUAL HEALTH: PSYCHOSOCIAL INFLUENCES FROM YOUTH TO OLDER AGE.....127

1. Successful Sexual Aging and Sexual Health in Portuguese Older Adults with or Without Pets..... 128

2. Dimensions of Aging Plan Development: Multidimensional Study of Middle-Aged Portuguese Perceptions 129

3. Factors Influencing Aging Plan Development: Exploratory Study with Middle-Aged Portuguese People..... 129

4. Sexual Health and Doomscrolling: Study of Portuguese Young Adults by Sexual Orientation 130

5. Sexual Health, Doomscrolling, and Misinformation Resilience: Study of Portuguese University Students..... 131

SIMPÓSIO 10 – DESAFIOS EM SAÚDE MENTAL NO ENSINO SUPERIOR: DO ESTIGMA À INTERVENÇÃO.....131

1. Saúde mental e bem-estar em estudantes universitários da CPLP: Revisão Sistemática.. 132

2. Crenças sobre saúde mental e sintomatologia de ansiedade em estudantes da Universidade da Beira Interior..... 133

3. Crenças em saúde mental e atitudes de procura de ajuda em estudantes universitários ... 133

4. Formação de Voluntários em Linha de Apoio de Pares no Ensino Superior..... 134

5. Intervenção Cognitivo-Comportamental em Grupo com Exercício Físico para a Ansiedade em Estudantes Universitários..... 135

PREÂMBULO

A realidade em que vivemos no contexto atual, independentemente do nível em que nos coloquemos, local, regional, nacional ou global, coloca os cidadãos perante margens substanciais de incerteza face ao futuro. Bastará pensar nos conflitos político-militares, alguns anos atrás apenas previstos ou antecipados por um punhado de analistas mais argutos e atentos, para vermos as nuvens sombrias que pairam sobre o futuro das novas gerações, nuvens essas adensadas pela enorme fatura material e emocional que vamos pagando cada dia que passa. Por outro lado, os resultados das opções políticas e da própria ação política, são pouco animadores. Isto porque, se por um lado, vemos ser posto em causa o quadro de referência axiológico que acreditamos estar na base dos mais elementares direitos humanos e, portanto, de todo o avanço civilizacional, por outro, não tem sido possível observar na ação política ações competentes e os consequentes resultados capazes contribuir de uma forma séria e eficaz para debelar as dificuldades a que nos referimos.

Em tempos de incerteza decorrente de mudanças nem sempre suficientemente antecipadas, são múltiplos os desafios que enfrentam os profissionais e investigadores na área da Psicologia Clínica e da Saúde, quer seja no sentido de contribuir para aumentar a nossa capacidade de compreensão dos próprios fenómenos, quer seja no sentido de ajudar aqueles cujo limiar de tolerância à incerteza foi ultrapassado ou que, de alguma forma, necessitam de ver melhorada a sua capacidade de resposta às exigências adaptativas.

Podemos afirmar que aquela multiplicidade de desafios se encontra representada em toda a diversidade dos temas a apresentar seja pelos conferencistas convidados(s) de mérito e reconhecimento internacional, seja pelos restantes participantes, cujos resumos submetidos constam deste Livro de Resumos e pelos quais fomos surpreendidos e ficamos gratos. É que, neste labor profissional e académico, vemos também uma afirmação de cidadania, para além da natural vontade de melhor compreender as dificuldades e melhor fundamentar soluções para as mesmas.

Esperamos que nesta experiência partilhada nos possamos superar na construção de mais e melhor conhecimento na área da Psicologia Clínica e da Saúde, que contribua para superar os desafios da atualidade.

Por fim, dado que as Conferências Internacionais em Psicologia Clínica e da Saúde da UBI são pensadas e desenvolvidas no contexto do 3º Ciclo em Psicologia Clínica e da Saúde é devida uma palavra de reconhecimento pelo seu contributo para este projeto a todas as alunas e alunos, e, na pessoa da atual diretora, Professora Doutora Graça Esgalhado, a todas e a todos os colegas.

O Coordenador da Comissão Científica Manuel Joaquim Loureiro

Professor Catedrático

CAPÍTULO 1 – COMUNICAÇÕES LIVRES

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 1

Moderadora: Christhianny Oliveira, UBI

1. Intervenções psicodramáticas na saúde mental de adolescentes: processos de mudança terapêutica individual em grupo

Joana Gonçalves & José-António Gonzalez

ISPA, Portugal

joanagoncalves1980@gmail.com

A adolescência é um período de transformações identitárias e relacionais, associado a vulnerabilidade. Ora as intervenções de grupo favorecem processos de identificação e no psicodrama psicanalítico, a dramatização permite representar conflitos internos e relacionais em ação, promovendo a mentalização. O objetivo é analisar os processos de mudança terapêutica percebidos por adolescentes de um grupo de psicodrama psicanalítico. Nas primeiras 20 sessões deste grupo aberto semanal participaram 11 adolescentes, entre os 14 e os 19 anos de idade com psicopatologia grave. O impacto foi avaliado através do *Helpful Aspects of Therapy* (HAT), com análise de conteúdo. E após um mínimo de 12 sessões por jovem através da *Clinical Change Interview* (CCI) fez-se uma análise das mudanças sentidas. Observou-se uma predominância de impactos terapêuticos positivos (80%). As dramatizações e os jogos de grupo foram identificados como os eventos mais úteis. Relataram aumento da aprendizagem interpessoal e alteridade e sensações de acalmia e auto-regulação. Os impactos negativos diminuíram ao longo das sessões. O psicodrama psicanalítico de grupo revela-se um dispositivo terapêutico favorável à promoção da saúde mental em adolescentes, pois tal como a Débora nos diz "sem darmos conta, conseguimos lá chegar, mesmo que não apeteça falar, pois vamo-nos identificando com os outros".

---

2. Implementação inicial do programa Tuning in to Kids® em Portugal: Resultados preliminares

Stephanie Alves (1), Margarida Faria (1), Inês Antunes (2), Vitória Dias (1), Ana Rita Cruz (1), Ana Filipa Beato (1) & Sara Albuquerque (1)

(1) Universidade Lusófona - HEI-Lab: Laboratórios Digitais de Ambientes e Interacções Humanas, Portugal
(2) Universidade Lusófona - Centro Universitário de Lisboa, Portugal

p8736@ulusofona.pt

Introdução: Os problemas de saúde mental (PSM) na infância são um problema de saúde pública relevante. Programas parentais focados na regulação emocional podem promover a saúde mental infantil e parental. Este estudo avaliou a aceitabilidade e a eficácia preliminar do programa *Tuning in to Kid*s ® (TIK) em Portugal. Método: O estudo apresentou um desenho misto, com avaliação pré- (M1) e pós-intervenção (M2). A recolha de dados decorreu entre junho e novembro de 2025. Participaram 26 pais, residentes na Área Metropolitana de Lisboa, com filhos entre 3 e 6 anos. A eficácia foi avaliada através de testes t, com base em questionários de autorresposta: CCNES, IM-P, HADS, PSS, e SDQ, com recurso ao IBM SPSS *Statistics*. A aceitabilidade foi explorada através de análise temática, com base em entrevistas individuais no M2. Resultados: Os pais recorreram a mais estratégias de coaching emocional e a menos estratégias de desvalorização emocional do M1 para o M2. Reportaram maior regulação emocional parental, menor stress parental, maior compaixão pela criança e percecionaram menores dificuldades emocionais e comportamentais nos filhos ($p < .05$). Foi reportada elevada satisfação com o programa, valorizando-se o formato de grupo. Discussão: Os resultados apoiam a aceitabilidade e a eficácia preliminar do TIK em Portugal. Recomendam-se estudos futuros em larga escala para determinar a sua eficácia final e implementação em contextos de intervenção na área da Psicologia Clínica e da Saúde.

---

3. Intervenção de posvenção em contexto escolar: Dinamização do Programa Mais Contigo

Sílvia Alves Aleixo (1), Benvinda Pedroso (2), Carla Silva (1), João Marques (1), José Carlos Santos (3) & Jorge Façanha (4)

(1) ULS S. José
(2) ULS Amadora Sintra
(3) ESEUC, Universidade de Coimbra
(4) ULS Coimbra

silvia.aleixo@ulssjose.min-saude.pt

Introdução: O Programa Mais Contigo visa a promoção da saúde mental e prevenção de comportamentos suicidários em jovens do 7o ao 12o ano. A intervenção posvenção visa promover o luto adaptativo, a literacia em saúde mental, a dinamização da rede de intervenção local e a prevenção da mimetização do comportamento suicidário. Método: Formação de profissionais de saúde. Sessões de sensibilização a agentes educativos e a pais. Sessões em sala de aula. Metodologia expositiva e interativa. Articulação com recursos locais para adolescentes em situação de sofrimento emocional. Intervenção de posvenção durante um ano letivo com 57 alunos do ensino secundário após a morte por suicídio de uma aluna. São avaliadas as dimensões sintomatologia depressiva, autoconceito, bem-estar e coping com instrumentos validados para a população portuguesa. Resultados: Melhoria com diferença estatisticamente significativa para a dimensão autoconceito. Sintomatologia depressiva e coping não apresentaram alterações. Bem-estar diminuiu sem significância estatística. Discussão: A melhoria do autoconceito contribui para maior consciência de si e contacto com emoções e sentimentos vivenciados

e reconhecidos pelo próprio. O Programa Mais Contigo contribui para a psicologia da saúde por via da promoção de competências socio emocionais dos adolescentes, promoção da literacia em saúde mental, bem como da identificação e procura de recursos de ajuda.

---

4. Crenças Sobre Tabaco, Intenção de Fumar e Comportamento Tabágico no 3. º Ciclo

Luísa Gonçalves (1), Paulo Vitória (1,2) & Célia Nunes (3)

(1) Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Departamento de Psicologia e Educação, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal
(2) RISE-Health, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal
(3) Centro de Matemática e Aplicações e Departamento de Matemática, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal

ana.luisa.goncalves@ubi.pt

Introdução: O consumo de tabaco é uma das principais causas evitáveis de morbilidade e mortalidade, sendo frequente o início do comportamento antes da idade adulta. Este estudo descreve crenças sobre o tabaco, intenção de fumar e o comportamento tabágico em alunos do 3.º Ciclo de Portugal Continental. Método: Estudo quantitativo transversal com 2271 alunos portugueses do 3º ciclo (M_idade=14,05 anos; 58,0% raparigas). As variáveis incluíram 14 crenças sobre fumar, intenção de fumar e comportamento tabágico. Foram realizadas análises descritivas. Resultados: Fumam regularmente 6,0% e 21,4% já fumaram, mas não fumam. A intenção de fumar foi de 4,9% no próximo ano e 6,9% no futuro, verificando-se ainda respostas de indefinição em 10,0% e 14,7% respetivamente. Em relação às crenças, 12,1% discordaram de que fumar prejudica a saúde e 4,4% não concordam nem discordam. Na crença "fumar é positivo", 10,7% mostraram indecisão e 4,3% concordaram. Discussão: Os resultados indicam que uma parte significativa dos adolescentes apresenta crenças erradas ou indefinidas e assume a intenção de fumar, aumentando o risco do consumo e reforçando a necessidade de programas de prevenção dirigidos a subgrupos específicos que ainda têm crenças erradas ou indefinidas sobre as consequências de fumar.

---

5. Tabagismo no ensino secundário: crenças, intenção e comportamento tabágico

Fátima Boavista (1), Paulo Vitória (2,3) & Célia Nunes (4)

(1) Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal
(2) Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Departamento de Psicologia e Educação, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal
(3) RISE-Health, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal
(4) Centro de Matemática e Aplicações e Departamento de Matemática, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal

a48765@fcsaude.ubi.pt

Introdução: O tabaco é uma das principais ameaças à saúde pública a nível mundial, sendo a adolescência o período de maior vulnerabilidade para a iniciação do consumo. Este estudo tem como objetivo descrever crenças sobre fumar, intenção de fumar e comportamento tabágico de alunos do ensino secundário. Método: Estudo transversal quantitativo descritivo, com base numa amostra representativa dos adolescentes portugueses do ensino secundário (n=1677, M_idade=17,03 (DP=1,22); 59,9% sexo feminino). Efetuaram-se análises descritivas para 14 crenças sobre fumar, intenção de fumar e comportamento tabágico. Resultados: 52,6% dos participantes reportam já ter tido experiência tabágica, nos quais se incluem 16,2% que referem fumar regularmente. 23,6% e 26,3% reportam respostas de incerteza (talvez sim, não sei, talvez não) quanto à intenção de fumar no ano seguinte e no futuro, respetivamente. No que concerne às crenças, foram encontrados resultados muito variados, destacando-se 13,6% e 13,4% com crenças erradas ou indefinidas em "prejudica a minha saúde" e "é positivo". Discussão: Estes dados fornecem um ponto de partida importante para monitorizar mudanças e avaliar o impacto das políticas de controlo tabágico implementadas na última década. Perante os níveis de incerteza no que concerne à intenção e a prevalência de crenças erradas ou indefinidas, é importante identificar subgrupos de maior risco, em que a intervenção possa ter um papel ativo na prevenção do comportamento de risco.

---

6. Cresce(r) Comigo: avaliação longitudinal de uma intervenção psicológica de promoção da saúde mental em contexto escolar TEIP

Lourdes Barbosa (1,2), João Marques (2) & Patrícia Granito (2)

(1) Hospital Cuf-Santarém
(2) Escola Secundária de Camarate

lourdesbarbosa@hotmail.com

O Gabinete de Apoio ao Aluno de uma escola secundária em contexto TEIP desenvolveu o programa Cresce(r) Comigo, uma intervenção psicológica estruturada de promoção da saúde mental em meio escolar, atualmente no segundo ano de um estudo longitudinal com duração prevista de três anos. Objetivo: Avaliar a eficácia de um programa de promoção de competências socioemocionais em alunos do 7.º e 10.º anos, ao nível da empatia, autoconceito e ajustamento emocional e comportamental. Método: Estudo quasi-experimental com grupo experimental e de controlo, envolvendo cerca de 200 alunos. A intervenção decorre em contexto de Assembleia de Turma, em articulação com docentes, ao longo de aproximadamente 25 sessões, recorrendo a metodologias participativas (e.g., debate, role-*playing* e análise de situações reais). São aplicados pré e pós-testes com instrumentos validados: Escala de Avaliação de Empatia (Veiga), PHCSCS-2 (Veiga) e Questionário de Autoavaliação para Jovens – *Short Version* 12–21. Resultados esperados: Espera-se melhoria nas competências socioemocionais e no ajustamento psicológico do grupo experimental face ao grupo de controlo. Conclusão: O estudo poderá contribuir para a evidência sobre intervenções psicológicas preventivas em contexto escolar, reforçando o papel da escola na promoção da saúde mental e bem-estar psicológico.

---

7. Co-construção narrativa na parentalidade de uma criança com Paralisia Cerebral: um estudo de caso

Patrícia da Silva Bezerra (1), Ana Isabel Cunha (2), Simone Souza da Costa Silva (1) & Luciana Maria Lopes Sotero (4)

(1) Universidade Federal do Pará, Brasil
(2) Universidade da Beira do Interior, Portugal
(3) Universidade de Coimbra, Portugal

patriciasilvabs@gmail.com

A experiência de parentalidade com uma criança com deficiência envolve processos complexos de construção de significados no contexto familiar. Com base numa perspectiva sistémica, e numa abordagem qualitativa, o objetivo deste estudo de caso foi compreender como um par parental constrói conjuntamente a sua narrativa familiar sobre a experiência de ter um filho com deficiência. Participaram os pais de uma criança com paralisia cerebral, que foram entrevistados conjuntamente. A entrevista foi gravada em vídeo e, posteriormente, transcrita. A análise dos dados foi realizada com base no *Family Narrative Consortium*, o que permitiu categorizar a narrativa familiar nos seguintes domínios: coerência narrativa, interação narrativa e crenças sobre as relações. Os resultados indicaram que a narrativa do casal apresenta: (i) níveis de coerência que variam de moderado a elevado, com uma boa integração dos eventos; (ii) interação narrativa com um padrão predominantemente colaborativo; (iii) crenças sobre as relações que evidenciam vínculos positivos e de suporte com familiares e amigos. Estes resultados sugerem que, apesar dos desafios associados à experiência da deficiência, o par parental mobiliza recursos narrativos e relacionais que favorecem a co-construção de uma narrativa partilhada e a manutenção de uma dinâmica parental colaborativa. Este estudo reforça a relevância de uma abordagem sistémica e narrativa na compreensão do processo de adaptação familiar no contexto da deficiência.

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 2

Moderadora: Lídia Ferreira, UBI

1. A systematic review about perinatal maternal and paternal anxiety and depression and infant developmental and mental health outcomes

Daniela Fidalgo (1), Daniela Tavares (1), Tiago Miguel Pinto (1), Diogo Lamela (1), Inês Jongenelen (1), Stefanie Hoehl (2) & Raquel Costa (1)

(1) Lusófona University, Digital Human-Environment Interaction Labs (HEI-Lab), Portugal
(2) University of Vienna, Faculty of Psychology, Research Unit for Developmental Psychology, Vienna, Austria

daniela.fidalgo@ulusofona.pt

Background: Considering both maternal and paternal mental health (MH) is crucial to understand intergenerational transmission of MH problems. Objective: To summarize findings on the association between perinatal maternal and paternal anxiety and depressive symptoms and infant developmental and MH outcomes. Methods: This systematic review was pre-registered in PROSPERO (CRD42025640868) and conducted in accordance with PRISMA guidelines. Included studies examined associations between perinatal maternal and/or paternal anxiety or depressive symptoms (pregnancy to 12 months postpartum) and infant developmental or MH outcomes, reporting data from both parents. Results: Five studies were included. During pregnancy, maternal depression was linked to poorer language and socioemotional outcomes in infants, maternal anxiety was associated with language and motor difficulties and comorbid maternal symptoms predicted socioemotional problems. Postpartum maternal depression is related to regulatory difficulties and social withdrawal and anxiety predicted overall developmental delays and motor impairments. Paternal depression was associated with cognitive, language, regulatory difficulties, and social withdrawal. Conclusions: Studies examining both parents are scarce, especially on comorbid symptoms, highlighting a gap for informing policymakers, researchers, and practitioners to optimize early interventions.

---

2. LGBTfobia: corpos desautorizados de existir

Elisabete Barboza de Araújo Reges

UFPB, Brasil

elisabete.reges@gmail.com

As pessoas LGBTQIAPN+ sofrem preconceito e estigma devido às expressões de diversidade sexual e de gênero que não se enquadram na lógica cisheteronormativa predominante. Essa população tem sido vítima de extrema violência tendo sua integridade física e mental ameaçadas. Trata-se de pesquisa qualitativa de natureza documental e descritiva de dois dossiês do ano de 2025: um elaborado pelo Grupo Gay da Bahia (GGB) e outro, pela Associação Nacional de Travestis e Transexuais (ANTRA). O objetivo é analisar a relação entre a discriminação sofrida e a violência sobre essa população e como isso reverbera em sua saúde. Os resultados apontam mortes violentas, ausência de dados oficiais, políticas públicas ineficazes e comprometimento da saúde dessas pessoas, inclusive como grupo vulnerabilizado suscetível a maior prevalência de comportamento suicida. Conclui-se que a segregação discriminatória estrutural contra pessoas LGBTQIAPN+ tem relação com a violência sofrida por essa população que tem sido vítima de assassinatos e de marginalização social fomentando sofrimento psíquico e manutenção de vulnerabilizações. Espera-se que o tema seja aprofundado buscando promoção de saúde integral dessa população tendo a área da Psicologia Clínica e da Saúde muito a contribuir para tal.

---

3. Desafios da Educação Sexual e Reprodutiva em Moçambique: Entre Políticas e Prática

Célia Zandamela (1,2), Sofia Pais (3), Augusto Guambe (4) & Ana Patrão (1)

(1) Centro de Psicologia da Universidade do Porto, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, Portugal
(2) Ministério da Educação e Cultura, Moçambique
(3) Centro de Investigação e Intervenção Educativas (CIIE) da Universidade do Porto, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, Portugal
(4) Faculdade de Educação da Universidade Eduardo Mondlane, Moçambique

up202400691@edu.fpce.up.pt

Introdução: A Educação Sexual e Reprodutiva é um pilar fundamental para a saúde e os direitos de adolescentes e jovens. Em Moçambique, apesar da integração de conteúdos nos "Módulos de Habilidades para a Vida", a evidência sobre a sua apropriação no Ensino Técnico Profissional é escassa. Objetivo: Analisar criticamente documentos normativos, políticas públicas e a produção científica sobre educação sexual e reprodutiva no ensino técnico profissional em Moçambique. Metodologia: Revisão integrativa da literatura (2014-2024), orientada pelo método de Whittemore e Knafl e recomendações PRISMA. A amostra final compreendeu 22 artigos científicos e 18 documentos institucionais, submetidos à análise de conteúdo. Resultados: Os resultados revelam avanços normativos, mas uma implementação irregular e fragmentada, focada na prevenção de riscos em detrimento de uma abordagem baseada em direitos. Persistem desafios críticos como gravidez precoce, uniões prematuras e assédio sexual, que impulsionam o abandono escolar feminino. Conclusões: Conclui-se que é urgente transitar para uma educação sexual compreensiva e integrada no currículo do ensino técnico-profissional. O reforço da formação docente e de mecanismos de proteção é essencial para o pleno exercício dos direitos de estudantes. Este estudo oferece evidências para fortalecer políticas educativas sensíveis ao contexto, preenchendo uma lacuna científica relevante neste subsistema de ensino.

---

4. Understanding Help-Seeking Behaviour in Portuguese Women with Urinary Incontinence: An Explanatory Model

Marta Uva (1,2), Ana Rita Nunes (1,2), Maria Margarida Ramos (1), Matilde Patrone (1), Marta G. Porto (3) & Filipa Pimenta (1,2)

(1) ISPA – Instituto Universitário, Lisbon, Portugal
(2) WJCR – William James Center for Research, Lisbon, Portugal
(3) Health Sciences Faculty, Universidade Europeia, Lisbon, Portugal

muva@ispa.pt

Background: Urinary incontinence (UI) is an involuntary loss of urine, that affects 9.9% of Portuguese women. UI is associated with feelings of shame, social stigma and isolation. However, approximately three quarters of women do not seek help. This study aimed to explore which variables explained help-seeking behaviour and understand its positive and negative influence. Methods: This study included 302 Portuguese women with UI, aged between 30-65 years (M=49.32; SD=8.88) who completed a sociodemographic and clinical characterization questionnaire, the King's Health Questionnaire and the Barriers to Engaging in Seeking Treatment for Urinary

Incontinence Instrument (BEST-UI). Findings: A binomial logistic regression was performed with help-seeking behaviour as dependent variable, and symptom severity and BEST-IU as independent variables. The model was statistically significant, $\chi 2$ (8)=73.06; p<.001, demonstrating that people who experienced higher symptom severity were more likely to seek help. Conversely, higher difficulty navigating the healthcare system and stronger normalisation of UI reduced help-seeking behaviour in 48% and 39%, respectively. Discussion: The results highlight the pertinence of developing psychological interventions to raise awareness on the importance of seeking help to support women with UI in symptom management. Also, it alerts to the necessity of promoting health campaigns aimed at reducing the impact of negative beliefs and the difficulties regarding the navigation of the healthcare system, thus overcoming the barriers to help-seeking behaviour.

---

5. Perceção da Vítima Masculina: Estereótipos, Gravidade e Ajuda em Estudantes Universitários Portugueses

Miriam Bicho & Fátima Bernardo

Universidade de Évora, Portugal

miriambicho23@hotmail.com

A violência psicológica é comum nas relações íntimas dos estudantes universitários. Estudos recentes revelam que, cada vez mais, homens são vítimas, carecendo de devido apoio, o que afeta negativamente a sua saúde mental. Atendendo esta mudança social, surge uma necessidade de explorar este fenómeno. Pretendeu-se uma investigação quantitativa, correlacional, que usa dois vídeos como forma de manipular as variáveis da perceção da gravidade, atribuição de culpa à vítima/agressor e intenção de ajuda, com o objetivo de compreender como uma vítima reativa ou passiva, masculina impacta a perceção do espetador e a sua intenção em ajudar. Após a exposição ao vídeo, foram aplicadas as questões de Chamberland e Leporte aplicadas ao contexto português por Tojo (2017) e a Escala de Violência Psicológica Perpetrada pelas Raparigas, adaptada por Saveedra (2010). A amostra foi constituída por estudantes universitários voluntários. Os resultados revelam ausência de diferenças significativas entre condições na maioria das variáveis, contrariando as hipóteses iniciais. Contudo, a vítima passiva gerou maior atribuição de culpa ao agressor. O principal achado é que a responsabilidade percebida constitui o preditor mais robusto da intenção de ajuda em todas as formas analisadas. Por outro lado, a atribuição de culpa à vítima associa-se a menor disponibilidade para intervir, e experiências prévias de vitimação podem reduzir a propensão para ajudar em certos contextos.

---

6. Depression and anxiety during the postpartum period and the infant's socioemotional development

Daniela Quintas, Daniela Fidalgo, Tiago Miguel Pinto, Diogo Lamela, Inês Jongenelen & Raquel Costa

Lusófona University, HEI-Lab: Digital Human-Environment Interaction Labs, Campo Grande 376, 1749-024 Lisboa, Portugal

a22404236@alunos.ulht.pt

Introduction: Postpartum depression and anxiety are prevalent and often comorbid conditions, representing a public health concern, given their influence on maternal and infant well-being, lack of detection, referral and access to treatment. This study aimed to compare infant socioemotional development according to maternal profiles of depressive and anxiety symptoms. Method: A total of 185 mothers from the Portuguese INTERSECT cohort were assessed at six months postpartum. Participants reported sociodemographic, obstetric, neonatal and mental health using self-report questionnaires. Depressive symptoms were assessed using the Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) and anxiety symptoms using the State-Trait Anxiety Inventory (STAI-S). Participants were categorized into groups: no clinically significant symptoms (EPDS<13 & STAI<45) vs. clinically significant symptoms of depression or anxiety (EPDS ≥ 13 & STAI-S ≥ 45). Infant socioemotional development was assessed using the Ages and Stages Questionnaire: Social-Emotional. Results: A total of 13.5% (n=25) had clinically significant symptoms of depression or anxiety. Linear regression analysis showed that these symptoms were associated with lower infant socioemotional development (β =.247, p =.003). Discussion: Anxiety and depression symptom emerged as a significant predictor for infant developmental outcomes, highlighting the importance of early identification and intervention in postpartum mental health.

---

7. Saúde mental materna e contributos da criança na relação aos seis meses

Margarida Lavrador, Daniela Fidalgo, Tiago Miguel Pinto, Diogo Lamela, Inês Jongenelen &
Raquel Costa

Lusófona University, HEI-Lab: Digital Human-Environment Interaction Labs, Campo Grande 376, 1749-024 Lisboa, Portugal

a22404451@alunos.ulht.pt

Introdução: Os contributos das características da criança para a relação são dimensões importantes da avaliação da saúde mental e desenvolvimento no primeiro ano de vida. O objetivo deste estudo é analisar a associação entre psicopatologia materna e os contributos da criança para a relação, segundo o Eixo II do DC: 0-5. Método: Participantes da coorte portuguesa do INTERSECT (n= 76) foram avaliadas aos seis meses pós-parto. Os sintomas depressivos foram avaliados com o EPDS e os sintomas de ansiedade com o STAI-S. As participantes foram categorizadas em dois grupos: sem sintomas clinicamente significativos (EPDS<13 & STAI<45; n=62) vs. com sintomas clinicamente significativos (EPDS ≥ 13 e/ou STAI-S ≥ 45; n=14). A análise dos indicadores dos contributos da criança foi classificada com base no DC:0-5 com recurso a 24 itens (cotação de 1 a 7) do IBQ que avaliam o temperamento e perfil sensorial. Um score de "Ponto forte" foi calculado com base na soma do número de itens cotados nos dois níveis mais elevados e um score "preocupa" foi calculado com base na soma do número de itens reportados na pior cotação. Resultados: O teste t para amostras independentes revelou que

crianças de participantes sem sintomas (vs. com sintomas) apresentam valores mais baixos no domínio "preocupa" (M = 1.4, DP = 1.6 vs. M=2.2; DP=2.6), e valores mais elevados no domínio "ponto forte" (M=8.6; DP=4.0 vs. M=6.3; DP=2.5). Discussão: As crianças de mães com psicopatologia apresentam mais indicadores de risco

---

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 3

Moderador: David Henriques, UBI

1. Qualidade de vida percebida em pessoas com queixas psicopatológicas

Rita Almeida (1) & Miguel Trigo (2,3,4)

(1) ANIMUS - In To Happiness. Portugal
(2) Ispa – Instituto Universitário, Portugal
(3) Applied Psychology Research Center Capabilities & Inclusion (APPsyCI), Portugal
(4) Unidade Local de Saúde de São José, Portugal

rita.almeida856@gmail.com

Introdução: A relação entre a qualidade de vida percebida (QVP) e a psicopatologia é reconhecida na literatura científica. A diminuição da QVP atua como um fator de risco ou agravamento da psicopatologia e as queixas emocionais prejudicam o bem-estar físico, emocional e social. O objetivo é estudar a relação entre a QVP e a psicopatologia relatada por pacientes portugueses. Método: Realizou-se um estudo quantitativo e transversal, com 202 adultos portugueses (homens 55,7%), recrutados numa Unidade Local de Saúde em Lisboa, com diagnóstico clínico em saúde mental. Foram usados os seguintes instrumentos de autorrelato: WHOQOL-*Bref*, o SCL-90, o MHI-38 e a PSS-10. Resultados: Menor QVP associou-se a níveis mais elevados de psicopatologia, indicadores mais pobres de saúde mental e mais stresse percecionado. Em várias dimensões psicopatológicas, as mulheres apresentaram pontuações mais altas que os homens. Entre grupos clínicos, a QVP foi mais comprometida nos participantes com perturbações depressivas, ansiosas e relacionadas com stresse. No diagnóstico de psicose o relato de QVP foi mais favorável. Discussão: As análises de regressão confirmaram a psicopatologia como preditor robusto da QVP, destacando depressão e a ansiedade fóbica como variáveis particularmente relevantes. Globalmente, a psicopatologia afeta a QVP e o seu efeito é diferente em função de variáveis sociodemográficas. Identificar os grupos de maior risco é importante para planear intervenções, programas para promoção do bem-estar e políticas de saúde mental.

---

2. Perfis Afetivos Latentes e a sua Associação com Perturbação de Stress Pós-Traumático, Perturbação de Stress Pós-Traumático Complexa e Vinculação

Paulo Ferrajão (1,2), Júlia Fonte (1,2) & Amadeu Quelhas Martins (1,3)

(1) Universidade Europeia, Portugal
(2) CIDESD, Portugal
(3) UNIDCOM/IADE, Portugal

paulo.ferrajao@universidadeeuropeia.pt

Introdução: A Perturbação de Stress Pós-Traumático (PTSD) e a Perturbação de Stress Pós-Traumático Complexa (CPTSD) estão associadas a adversidade precoce, mas a variabilidade individual sugere o papel de sistemas emocionais primários. Este estudo adotou uma abordagem centrada na pessoa para identificar perfis afetivos e a sua relação com trauma e vinculação. Método: Participaram 917 adultos da população portuguesa, recrutados online. Os dados foram recolhidos através de questionários de autorrelato que avaliaram os sistemas emocionais primários, sintomas de PTSD e CPTSD, estilos de vinculação e experiências adversas na infância. Foi conduzida uma análise de perfis latentes. O estudo obteve parecer favorável da Comissão de Ética da Universidade Europeia. Resultados: Identificaram-se quatro perfis: afeto positivo, funcionamento afetivo equilibrado, hipoativação afetiva e afeto negativo. O perfil de afeto positivo foi predito pela ausência de PTSD e vinculação autónoma-segura. O perfil equilibrado associou-se a PTSD, abuso emocional e vinculação ansiosa-preocupada. O perfil hipoativação foi predita por abuso físico e vinculação desligada-evitante. O perfil afeto negativo associou-se a PTSD e CPTSD, negligência emocional e vinculação receosa-evitante. Discussão: Os resultados evidenciam heterogeneidade afetiva com relevância clínica. Perfis de afeto negativo e hipoativação refletem maior vulnerabilidade, enquanto o afeto positivo sugere resiliência. A associação diferenciada com trauma e vinculação sublinha a importância de intervenções ajustadas aos perfis emocionais e relacionais na PTSD e CPTSD.

---

3. Eficácia do Biofeedback na Promoção da Saúde Física e Mental. Revisão Sistemática (2022–2025)

Alberto Gomes, José Fialho & Anabela Pereira

Departamento de Psicologia, CIEP, Universidade de Évora, Portugal

psialberto@gmail.com

O *biofeedback* utiliza a monitorização em tempo real de sinais fisiológicos para promover a autorregulação do sistema nervoso, atuando na modulação da resposta à ansiedade, stress e na neuroplasticidade. Objetivos: Sintetizar os resultados terapêuticos do *biofeedback* em condições de doença e física e mental com base numa revisão de estudos entre 2022 e2025. Método: Análise de 12 estudos com amostras entre n=30 a n=1.332, (incluindo uma meta-análise) abrangendo populações com dor crónica, perturbações mentais, oncologia e reabilitação. Instrumentos: Foram utilizados dispositivos de Variabilidade da Frequência Cardíaca (HRV), Eletromiografia (EMG), Condutância da Pele (GSR), *Biofeedback* Térmico e *Neurofeedback* (EEG), complementados por escalas psicométricas (STAI, PSS, PHQ-9) e biomarcadores (cortisol). Resultados: Observou-se uma redução significativa na sintomatologia: queda de 52% na dor de enxaquecas, 28% na exaustão emocional(burnout) e ganhos de 35% na amplitude motora pós-reabilitação .Em oncologia e doenças crónicas, registou-se melhoria na resiliência e redução da fadiga (30%).A meta-análise em reabilitação pélvica demonstrou eficácia superior a70%.Conclusões:Obiofeedback emerge como uma intervenção não farmacológica eficaz, intervindo na causa fisiológica e nos sintomas, com benefícios na gestão da dor,

ansiedade e recuperação funcional, sendo eficaz tanto na reabilitação física como na otimização da saúde mental.

---

4. Relação entre Autoestima e Resiliência em Adultos: Diferenças em Função do Género, Idade, Escolaridade e Estatuto Socioeconómico

Sara Amaral, Beatriz Monteiro & Henrique Pereira

Universidade da Beira Interior (UBI), Portugal

sara.amaral@ubi.pt

O presente estudo teve como objetivo examinar a associação entre autoestima e resiliência e analisar diferenças nestas variáveis em função do género, da idade, da escolaridade e do estatuto socioeconómico. Participaram 923 adultos falantes de português, com idades entre os 18 e os 79 anos (M = 29,81; DP = 13,10), recrutados online por conveniência, sendo a maioria mulheres e residentes em Portugal. Os participantes responderam a um questionário sociodemográfico, à Escala de Autoestima de Rosenberg (RSES) e à Escala de Resiliência de Connor–Davidson (CD-RISC-10). Foram realizadas análises descritivas, correlações de Pearson, testes t para amostras independentes, ANOVAs unifatoriais e regressões lineares hierárquicas. Os resultados revelaram níveis moderadamente elevados de autoestima (M = 3,48; DP = 0,54) e resiliência (M = 3,68; DP = 0,64), bem como uma associação positiva e estatisticamente significativa entre estas variáveis, r(923) =.64, p <.001. Nas comparações bivariadas, os homens apresentaram valores médios superiores de autoestima e resiliência relativamente às mulheres, e os participantes com idade superior a 23 anos apresentaram valores médios mais elevados em ambas as variáveis. Verificaram-se ainda diferenças globais estatisticamente significativas em função da escolaridade e do estatuto socioeconómico. Na regressão hierárquica, a resiliência constituiu um preditor estatisticamente significativo da autoestima (β =.58, p <.001), enquanto a idade manteve um efeito significativo (β =.18, p <.001) e o género deixou de ser significativo após a inclusão da resiliência. Conclui-se que autoestima e resiliência estão positivamente associadas nesta amostra e que ambas variam em função de características sociodemográficas. Contudo, dada a natureza transversal do estudo e a utilização de uma amostra de conveniência, os resultados devem ser interpretados como associações entre variáveis, não permitindo inferências causais nem generalizações diretas para a população adulta portuguesa.

---

5. Saúde mental em adultos com diabetes tipo 1: uma revisão sistemática de literatura

Inês Agostinho (1), Anabela Pereira (1,3) & Maria João Carapeto (2,3)

(1) Centro de Investigação em Educação e Psicologia, Universidade de Évora, Portugal
(2) Departamento de Psicologia, Universidade de Évora, Portugal
(3) Comprehensive Health Research Center, Universidade de Évora, Portugal

ines.agostinho@uevora.pt

A diabetes tipo 1 (DT1) constitui um desafio crescente para a saúde pública, com uma gestão complexa e um vasto leque de comorbidades associadas, incluindo problemas de saúde mental. O presente estudo tem como objetivo sintetizar a evidência científica existente sobre a relação entre a DT1 e a saúde mental em adultos. Foi realizada uma revisão sistemática de literatura, de acordo com as diretrizes PRISMA 2020. A pesquisa foi realizada nas bases de dados EBSCO, *PubMed* e *Web of Science*, delimitada a língua inglesa, com restrição temporal de 2020 a 2025. Foram incluídos estudos primários, que avaliassem a associação entre DT1 e saúde mental em adultos, disponíveis em acesso aberto. Após o processo de seleção, um total de 24 estudos foram incluídos. Os resultados demonstraram associações entre fatores sociodemográficos e o risco de problemas de saúde mental na população com DT1, sobretudo distress diabético, depressão e ansiedade. Foram identificados diversos instrumentos utilizados para avaliar a saúde mental de indivíduos com DT1 e as intervenções analisadas demonstraram ser satisfatórias na melhoria da saúde mental desta população. Concluiu-se a necessidade de instrumentos de medida específicos para avaliar a relação entre saúde mental e DT1, o desenvolvimento de estudos longitudinais que investiguem os efeitos a longo prazo das intervenções e a integração de serviços de saúde mental nos cuidados de saúde da DT1.

---

6. Potência teta frontal e coerência alfa frontoparietal na perturbação depressiva major

Aray Fernández-Gorjón (1,3), María Fernández-Becerra (1,3), Izaskun Fernández-Uzal(1,3), Patricia Villagrá-Martinez (1,3), Noelia Prieto-Alonso (1,3), Daniel Cordeiro (1,2,3), Carlos Aznarez (1,2,3), David Wöbbeking (1,2,3), Rubén Pérez-Elvira (1,2,3)

(1) UPSA
(2) CTNlab
(3) Computational and Clinical Neuroscience Study Group (CCNscG)

mferandezbe@upsa.es

Introdução: A perturbação depressiva major (PDM) carece atualmente de biomarcadores objetivos e interpretáveis. Propusemo-nos comparar a potência teta frontal e a coerência alfa frontoparietal entre indivíduos com PDM e controlos saudáveis, visando explorar alterações na organização oscilatória cerebral. Métodos: Analisámos os registos de EEG de repouso (olhos fechados) de 26 controlos e 24 indivíduos com PDM. Realizámos a edição manual dos registos para eliminação de artefactos. Avaliámos cinco variáveis: potência relativa teta (F3, F4 e média frontal) e coerência alfa frontoparietal (F3-P3 e F4-P4). Efetuámos as comparações entre grupos através do teste U de Mann-Whitney, aplicando as correções de Holm e Benjamini-Hochberg (BH) para mitigar o efeito das comparações múltiplas. Resultados: Face aos controlos, o grupo PDM evidencia uma menor potência teta em F3 ($p = 0,021$), F4 ($p = 0,013$) e na média frontal ($p = 0,013$). Inversamente, observámos no grupo PDM uma maior coerência alfa em F3-P3 ($p = 0,009$) e F4-P4 ($p < 0,001$). Todos os efeitos mantêm a significância estatística após a aplicação da correção BH.

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 4

Moderadora: Juliana Gonçalves, UBI

1. Barreiras, Normas Subjetivas e Comportamento Alimentar Sustentável: Resultados Preliminares

Douglas Oliveira (1), Marta Uva (1,2), Inês Queiroz-Garcia (1,2), Mafalda Leitão (3), Rui Miguel Costa (2,3) & Filipa Pimenta (1,2)

(1) ISPA - Instituto Universitário, Lisboa, Portugal
(2) WJCR - William James Center for Research, Ispa - Instituto Universitário, Lisboa, Portugal
(3) Health Sciences Faculty, Universidade Europeia, Lisboa, Portugal

douglas-ent@outlook.com

Introdução: Apesar da crescente valorização da sustentabilidade, persistem padrões alimentares pouco sustentáveis em Portugal, reforçando a relevância da investigação. O presente estudo analisa se as normas subjetivas (descritivas e prescritivas) desempenham um papel mediador entre as barreiras ao comportamento alimentar sustentável (CAS) e a frequência deste comportamento, em adultos portugueses. O estudo apoia-se na Teoria do Comportamento Planeado (TPC). Método: 800 adultos portugueses (18–65 anos) preencheram o questionário online *Green Eating* para avaliar as barreiras e o comportamento alimentar, e a escala de Normas Subjetivas para perceção de apoio e pressão social referente ao CAS, ambos com boas propriedades psicométricas. Realizou se uma análise de mediação paralela para examinar o papel mediador das Normas Subjetivas. Resultados: As barreiras influenciam negativamente o comportamento alimentar sustentável (c' = -0,997, p = 0,001), sendo esse efeito parcialmente mediado pelas normas subjetivas - descritivas (B = 0,248, SE = 0,119, IC 95% [0,071, 0,545]) e prescritivas (B= 0,296, SE = 0,152, IC 95% [0,079, 0,656]). Discussão: A influência de pares e família que apoiem os CAS é relevante em adultos; tal sugere o potencial de intervenções em Psicologia da Saúde que integrem fatores individuais e sociais para promover uma alimentação sustentável.

---

2. "There is no Plan(et) B": The Environmental Burden of Portuguese Young Adults

Júlia Fonte (1), Paulo Ferrajão (1,2) & Amadeu Martins (1,2,3)

(1) Universidade Europeia, Lisbon, Portugal
(2) Research Center in Sports Sciences, Health Sciences and Human Development, CIDESD, Covilhã, Portugal
(3) Design and Communication Research Unit, UNIDCOM, Lisbon, Portugal

juliafonte00@hotmail.com

Background: Understanding drivers of pro-environmental behaviors (PEB) is essential to mitigate the impacts of climate change (CC). Despite growing research on the effects of CC on health, psychological mechanisms underlying individual adjustment and

engagement in PEB remain underexplored, especially among young adults. This study aims to identify factors that support adaptive coping and resilience, thereby enhancing psychological well-being and climate action. Methods: The study will follow a descriptive exploratory qualitative design. Participants will be selected using an extreme cases sampling strategy. Interviews will follow a semi-structured guide and will be conducted via Zoom. The interview transcripts will be analyzed using thematic and categorical analysis in NVivo software. Expected Results: The study explores emotional, cognitive, and behavioral patterns across levels of PEB. Differences may emerge in CC awareness, connection to nature, eco-emotions, existential concerns, and coping strategies. Individuals with higher levels of PEB may exhibit more adaptive coping, whereas lower-PEB individuals may display disengagement/denial, avoidant coping, or eco-paralysis linked to emotional hyperactivation. Findings may contribute to a comprehensive understanding of these processes within the Portuguese context and inform psychological interventions.

---

3. Caracterização do Trauma Climático: Perfis Latentes e Fatores de Risco em Adultos Portugueses

Paulo Ferrajão (1,2), Júlia Fonte (1), Nuno Torres (3) & Amadeu Quelhas Martins (1,4)

(1) Universidade Europeia, Portugal
(2) CIDESD, Portugal
(3) ISPA - Instituto Universitário, Portugal
(4) UNIDCOM/IADE, Portugal

paulo.ferrajao@universidadeeuropeia.pt

Introdução: O trauma climático refere-se às respostas psicológicas e emocionais decorrentes da exposição a stressores climáticos, agudos e crónicos, bem como da antecipação das consequências da crise climática, com impactos imediatos e cumulativos na saúde mental e no funcionamento. Método: Este estudo utilizou análise de perfis latentes (LPA) para identificar perfis de trauma climático e a sua associação com stressores agudos e fatores de vulnerabilidade sociocultural, numa amostra de 917 adultos portugueses. Resultados: Foram identificados cinco perfis: (1) sofrimento grave, (2) sofrimento moderado, (3) resiliência com baixo sofrimento, (4) funcionamento normativo e (5) sofrimento ligeiro subclínico. A pertença aos perfis foi influenciada por fatores sociais e ambientais, destacando-se a idade jovem como preditor de maior risco, sobretudo quando associada a género feminino, desvantagem económica, desemprego, doença psiquiátrica e exposição a stressores ambientais. Por outro lado, idade mais avançada e ausência, de perturbações psiquiátricas associaram-se a perfis normativos. Discussão: Os resultados evidenciam a diversidade das respostas ao trauma climático e a importância de considerar fatores individuais e contextuais na identificação de populações em risco, com implicações para intervenções de saúde mental e estratégias de saúde pública adaptadas à idade e ao contexto socioeconómico.

---

4. Eco-ansiedade e luto climático: Revisão da literatura científica em Língua Portuguesa

Rute F. Meneses (1) & Maria Alzira Pimenta Dinis (2,3)

(1) RISE-Health, Faculty of Human and Social Sciences, Fernando Pessoa University, Fernando Pessoa Teaching and Culture Foundation, Praça 9 de Abril 349, 4249-004, Porto, Portugal
(2) Fernando Pessoa Research, Innovation and Development Institute (FP-I3ID), University Fernando Pessoa (UFP), Praça 9 de Abril 349, 4249-004 Porto, Portugal
(3) Marine and Environmental Sciences Centre (MARE)/ARNET - Aquatic Research Network, University of Coimbra, Edifício do Patronato, Rua da Matemática, 49, 3004-517 Coimbra, Portugal

rmeneses@ufp.edu.pt

Enquanto se multiplicam as publicações sobre conceptualização, epidemiologia e intervenção na eco-ansiedade e luto climático, os psicólogos tornam-se conscientes de novos papéis a desempenhar. Todavia, parece haver escassez de dados sobre intervenções, onde a língua é central. P.e., uma revisão scoping de intervenções na eco-ansiedade não refere nenhum autor de nome português. Assim, o objetivo do estudo foi rever a literatura sobre eco-ansiedade e luto climático indexada em bases de dados/repositórios em Português. As palavras-chave eco-anxiety OR (climate AND grief) foram utilizadas na SciELO-Portugal/Brasil e RCCAP. Dos 10 resultados, 1 não estava relacionado com o tema. Estas fontes abordam o fenómeno da crise climática a partir de várias perspectivas, abrangendo: Media e Representação Visual (n=1); Prevalência da Eco-ansiedade e Saúde Mental (n=4); Identidade, Luto Ecológico e Culturas Indígenas (n=2); O Papel da Arte e da Comunicação de Dados (n=2). Em suma, as 9 fontes convergem para a conclusão de que, embora a preocupação climática seja quase universal e cause sofrimento psicológico real, este luto e ansiedade devem ser canalizados através de narrativas mais humanas, situadas localmente e organizadas coletivamente, utilizando a arte e a educação como ferramentas de transformação social. O número, método e resultados dos estudos mostram a importância de estimular a investigação sobre o tema em Português, para apoiar melhor as comunidades.

---

5. Lazer & Coping em Tempos Ecologicamente Desafiantes

Rute F. Meneses

RISE-Health, Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Universidade Fernando Pessoa, Fundação Ensino e Cultura Fernando Pessoa, Porto, Portugal

rmeneses@ufp.edu.pt

As atividades profissionais tendem a relacionar-se com o stress e burnout e as de lazer com prazer, bem-estar e coping. Assim, o objetivo do estudo é analisar o uso, em Portugal, de atividades para lidar com o stress por parte de adultos. Obtendo-se as devidas autorizações, foram contactados pelas redes sociais e participaram via Google Forms 577 adultos (19-88 anos) residentes em Portugal, maioritariamente portugueses (88,5%), mulheres (72,3%), solteiros (56,4%), com formação superior (70,3%), empregados a tempo inteiro (52,2%), com nível socioeconómico percebido médio (73,3%) e religiosos

(63,2%). O instrumento foi criado com base na literatura. Para lidar com o stress, os participantes utilizavam regularmente os media (n=183), cozinhavam (n=209), dormiam (n=323), passavam tempo/divertiam-se com a família/amigos (n=374), praticavam exercício (n=252), expressavam sentimentos (n=275), utilizavam o humor (n=267), liam (n=244), ouviam/tocavam música (n=366), utilizavam o pensamento positivo (n=282), planeavam (n=247), procuravam apoio junto de outras pessoas (n=247) e viam TV/filmes/séries online (n=325). Os resultados apoiam a utilização de atividades de lazer para lidar com o stress em tempos ecologicamente desafiantes. Porém, algumas das atividades escolhidas podem aumentar a eco-ansiedade e/ou ter uma (maior) pegada ecológica, apresentando diferentes níveis de eficácia, apoiando assim a educação/aconselhamento para o lazer para diminuir o impacto do stress.

---

6. Ligação ao lugar, risco e comportamentos de proteção face à erosão costeira

Marta Rosa (1) & Carla Sofia Mouro (1,2)

(1) ISCTE, Portugal
(2) Universidade Lusófona, Portugal

mraaa5@iscte-iul.pt

A erosão costeira ameaça modos de vida e o bem-estar de várias comunidades, de que é exemplo a cidade da Costa da Caparica. Este estudo analisou a ligação ao lugar (ativa e tradicional) e a percepção de risco como fatores preditores da adoção de comportamentos de proteção face à erosão costeira. Também foi avaliado o papel moderador do estatuto (residente vs. visitante) e da confiança nas autoridades. Seguindo uma abordagem quantitativa, o estudo contou com 197 residentes do concelho de Almada, que preencheram um questionário online. Os dados foram analisados com SPSS e macro Process. Os participantes revelaram níveis moderados de perceção de risco e baixa adoção de comportamentos de proteção. A ligação ativa ao lugar (mas não a tradicional) está associada à maior adoção de comportamentos de proteção, não se confirmando um efeito mediador da perceção de risco. Observou-se ainda um efeito moderador do estatuto, mostrando que, nos visitantes, uma ligação ativa ao lugar contribui para maior risco percebido. Os resultados destacam a importância dos fatores psicossociais na resposta ao risco costeiro. Promover uma ligação ativa ao lugar poderá aumentar comportamentos de proteção, reforçando a necessidade de envolver cidadãos e comunidades na adaptação e resiliência face à erosão costeira.

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 5

Moderadora: Maria Salomé Santos, UBI

1. Fibromialgia na Adolescência: Uma Abordagem Integrada para a Interrupção do Ciclo Dor–Emoção

Ana Justo (1) & Rita Canaipa (2)

(1) Faculdade de Ciências Humanas, Universidade Católica Portuguesa, Lisboa, Portugal
(2) Faculdade de Ciências da Saúde e Enfermagem, Universidade Católica Portuguesa, Lisboa, Portugal

s-acjusto@ucp.pt

A fibromialgia juvenil é uma condição crónica multifatorial que compromete o desenvolvimento biopsicossocial dos adolescentes, associando dor persistente, alterações emocionais e dificuldades de integração social e escolar. Este estudo qualitativo exploratório teve como objetivo identificar necessidades biopsicossociais e desenvolver propostas de intervenção ajustadas ao contexto português. Foram realizadas entrevistas semiestruturadas a oito participantes (seis profissionais de saúde e dois jovens adultos diagnosticados na adolescência), analisadas por análise temática. Emergiram 49 categorias organizadas em três dimensões: necessidades, estratégias e soluções. Destacaram-se determinantes sociais, como estigma e exclusão, e psicológicos, como catastrofização da dor, comparação social e dificuldades de regulação emocional, evidenciando o ciclo bidirecional dor–emoção. Identificaram-se estratégias adaptativas (psicoeducação, suporte social, atividade física) e maladaptativas (evitamento, ruminação). As soluções propostas incluem equipas multidisciplinares, articulação entre saúde e educação, promoção da literacia em saúde e intervenções grupais baseadas na Terapia Cognitivo-Comportamental, com envolvimento familiar. Este estudo propõe um enquadramento integrado e orientado para a intervenção precoce, contribuindo para interromper a cronificação da dor e informar práticas clínicas e políticas de saúde dirigidas à adolescência.

---

2. Interação de um Modelo Relacional Integrativo e Intervenção: Um Estudo de Caso

Pedro Rodrigues Ribeiro & David Dias Neto

ISPA-Instituto Universitário, Portugal

pribeiro@ispa.pt

Introdução: O Modelo Integrativo de Relação Terapêutica, elaborado pela perspectiva do cliente da relação terapêutica, sublinhou o papel das necessidades do paciente na formulação relação e da percepção do terapeuta. Ao mesmo tempo, respondendo às necessidades do paciente, o terapeuta poderá melhor estabelecer a relação, prevenindo ruturas na relação. Objetivo: Este estudo pretende explorar a interação Modelo Integrativo de Relação Terapêutica, numa intervenção terapêutica, com o uso de técnicas terapêuticas e ruturas na aliança. Método: Este estudo utilizou uma abordagem qualitativa, através de uma Análise Temática Reflexiva, para recolher e analisar os dados. Foram gravadas dezanove sessões de uma intervenção individual, composta por uma díade terapêutica de paciente adulto e um terapeuta masculino. Dados da Aliança Terapêutica foram recolhidos em três momentos diferentes, através do Inventário da Aliança Terapêutica (WAI). Ruturas foram analisados através do Sistema de Classificação de Rutura (3RS). Resultados: Dois temas foram identificados: "necessidades relacionais do paciente" e "técnicas de terapia". Ser genuíno e sentir-se seguro com o terapeuta são necessidades

ligadas ao Modelo, ao passo que lidar com pensamentos constantes e gerir emoções parecem ser necessidades específicas do caso. Foram encontradas técnicas específicas à intervenção e técnicas mais ecléticas. O tipo principal de ruturas, confrontação, não pareceram afetar a qualidade da aliança ou relação. Conclusão: Este estudo avança o Modelo Integrativo de Relação Terapêutica, na perspectiva do paciente, realçando o papel das necessidades centrais do paciente e a habilidade do terapeuta em ser mais responsivo às necessidades do paciente, integrando posturas relacionais e técnicas.

---

3. Luto Antecipatório em Familiares de Doentes Oncológicos

Margarida Ferreira de Almeida (1), Nádia Silva (2), Raquel Santos (2), Catarina Ramos (3) & Isabel Leal (1)

(1) William James Center for Research (WJCR), ISPA – University Institute, Lisbon, Portugal
(2) Egas Moniz School of Science & Health, Caparica, Portugal
(3) Egas Moniz Center for Interdisciplinary Research (CiiEM), Egas Moniz School of Science & Health, Caparica, Portugal

margarida.almeida@ispa.pt

Introdução: Os cuidadores informais e familiares de doentes oncológicos podem experienciar dificuldades de ajustamento derivadas não só do diagnóstico e dos tratamentos, mas também da possibilidade de morte. O principal objetivo deste estudo foi compreender que fatores estão relacionados com maiores níveis de sintomas de luto antecipatório (LA). Método: 114 familiares de doentes oncológicos adultos (M = 46,15 anos), recrutados através de unidades de cuidados paliativos e redes sociais, responderam a um questionário sobre LA, meaning-making, ansiedade e depressão, qualidade da relação, crescimento pós-traumático (CPT) e stress percebido aquando da receção do diagnóstico. Resultados: O LA apresentou correlações significativas com as subescalas de Espiritualidade e Apreciação da Vida do CPT, stress percebido ao receber o diagnóstico, meaning-making, ansiedade e proximidade. No entanto, apenas meaning-making (β =.60), ansiedade (β =.23) e stress (β =.17) estavam significativamente associados ao LA, explicando 55,7% da sua variância. Discussão: Os resultados sugerem que aqueles que apresentam dificuldades em integrar a doença do seu familiar (i.e., meaning-making), que experienciam maior ansiedade ou stress ao receber o diagnóstico, apresentam sintomas mais intensos de LA. Deve ser dada maior atenção à capacidade dos familiares para integrar a experiência de doença do seu ente querido, incluindo a possibilidade de morte, de modo a promover um melhor ajustamento.

---

4. Construção de Significado e o Crescimento Pós-Traumático no Luto

Beatriz Clemente (1), Margarida Ferreira de Almeida (2), Catarina Ramos (3), & Isabel Leal (2)

1 Egas Moniz School of Science & Health, Caparica, Portugal
2 William James Center for Research (WJCR), ISPA – University Institute, Lisbon, Portugal

3 Egas Moniz Center for Interdisciplinary Research (CiiEM), Egas Moniz School of Science & Health, Caparica, Portugal

mar.ferreiralmeida@gmail.com

Introdução: A morte de um ente querido é um evento potencialmente stressante e disruptivo na vida de uma pessoa. Encontrar significado para a perda pode facilitar a sua integração e o crescimento pessoal. O objetivo do presente estudo é compreender a relação entre o luto, a construção de significado e o crescimento pós-traumático (CPT) na perda de um ente querido. Método: A amostra é constituída por 627 pessoas em luto (M= 40,5 anos; DP = 14,39) pela perda de um familiar ou amigo próximo, tendo a morte ocorrido nos últimos 5 anos (M= 25,2 meses; DP = 18,4). A recolha de dados foi realizada online, através do preenchimento de um questionário que incluiu instrumentos sobre a integração da perda (i.e., meaning-making), sintomas de luto prolongado e CPT. Resultados: O luto correlaciona-se significativamente com a reconstrução de significado ($r_s = 0{,}754$; $p \leq 0{,}001$) e com o CPT ($r_s = 0{,}203$; $p \leq 0{,}001$); e a construção de significado correlaciona-se significativamente com o CPT ($r_s = 0{,}185$; $p \leq 0{,}001$). Verificou-se que a reconstrução de significado ($\beta = 0{,}78$; $p \leq 0{,}001$) e a Apreciação da Vida (dimensão do CPT; $\beta = 0{,}063$; $p \leq 0{,}05$) têm um impacto significativo nos sintomas de luto prolongado ($R^2_{aj.} = 0{,}62$). Discussão: Os resultados demonstram que dificuldades em integrar a perda e em conferir-lhe significado, têm um impacto negativo na sintomatologia do luto. No entanto, não foi observado um impacto significativo no crescimento pós-traumático, como era esperado.

---

5. Ser Altamente Sensível: Entre a Vulnerabilidade Emocional e a Eficácia Empática

Sofia Francisco (1), Cláudia Pires (1,2,3), Teresa Souto (1), Vera Pereira (1) & Bárbara González (1)

(1) HEI-Lab Digital Human-Environment Interaction Labs, Portugal
(2) Instituto Superior Miguel Torga, Coimbra
(3) CINEICC, University of Coimbra, Portugal

sofia.francisco@ulusofona.pt

Indivíduos com alta sensibilidade ao processamento sensorial (SPS) tendem a processar estímulos de forma mais profunda e a reagir mais intensamente a nível emocional. Este estudo examinou se esta característica, frequentemente associada a maior vulnerabilidade à desregulação emocional, pode estar simultaneamente relacionada a maior eficácia empática em contextos virtuais.
Foi realizado um estudo quantitativo correlacional e transversal, numa amostra de 708 adultos portugueses (60% feminino; M = 33,98 anos; DP = 15,38). Utilizaram-se a HSPS-27 (SPS), a DERS-18 (Regulação emocional) e o EQVC (Empatia em Contextos Virtuais).
A SPS correlacionou-se com as subescalas da DERS ($p < 0{,}05$), destacando-se dificuldades em manter comportamentos orientados para objetivos ($r = 0{,}466$) e acesso a estratégias de regulação ($r = 0{,}457$), e negativamente com a consciência emocional ($r = -0{,}225$). No domínio empático, a SPS associou-se positivamente à eficácia empática ($r =$

0,117) e negativamente às dificuldades de empatia (r = −0,101). Maior desregulação emocional associou-se a menor dificuldade empática percebida, nomeadamente a falta de clareza emocional (r = −0,233) e as dificuldades de impulso (r = −0,231).
A alta SPS parece constituir simultaneamente um fator de vulnerabilidade emocional e um recurso para a eficácia empática. Estes resultados reforçam a importância de explorar estratégias de regulação emocional no contexto da alta sensibilidade, sem visar a redução da sensibilidade em si.

---

6. Imprisonment And Personality Disorders

Bruna Machado (1) & Mariana Pinto da Costa (2,3,4)

(1) Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade da Beira Interior, Portugal
(2) South London and Maudsley NHS Foundation Trust
(3) Institute of Psychiatry, Psychology & Neuroscience, King's College London, London, UK
(4) Institute of Biomedical Sciences Abel Salazar, University of Porto, Porto, Portugal

a45261@fcsaude.ubi.pt

Introduction: This study aimed to examine whether incarceration acts as a risk factor for the development or exacerbation of personality disorders (PDs), or whether PDs increase vulnerability to incarceration, within a bidirectional framework. It also aimed to synthesize evidence on the prevalence and epidemiology of PDs in prison populations. Method: A systematic review of systematic reviews, meta-analyses, and clinical guidelines was conducted following PRISMA principles. Searches were performed in Cochrane, PubMed, PsycINFO, and Scopus until February 2025. Six studies meeting methodological quality criteria were included and qualitatively synthesized. Results: High prevalence of PDs, particularly cluster B, was consistently reported, alongside significant psychiatric comorbidities. However, evidence was limited by heterogeneity, predominance of cross-sectional designs, and underrepresentation of women and low- and middle-income countries. No study directly assessed causality. Discussion: Findings support a multifactorial model in which incarceration may exacerbate pre-existing vulnerabilities rather than act as an independent causal factor. The results highlight the need for longitudinal and standardized research, as well as improved clinical assessment and intervention strategies in prison settings.

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 6

Moderadora: Ana Nunes, UBI

1. BDSM e Neurodivergência: Pontos de Encontro

Marcela Côrtes (1), Alexandra Oliveira (2) & Daniel Cardoso (3,4)

(1) Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, Portugal
(2) Centro de Psicologia da Universidade do Porto, Portugal

(3) Universidade Lusófona, Portugal
(4) Universidade NOVA de Lisboa, Portugal

up202400683@edu.fpce.up.pt

Introdução: Baseado na *Crip Theory*, na *Sexual Configurations Theory* e no trabalho de Michel Foucault, o objetivo foi identificar e compreender as ligações estabelecidas na literatura entre BDSM (*bondage* e disciplina, dominância e submissão, sadismo e masoquismo) e neurodivergência Método: Devido à escassez de estudos, realizamos uma revisão de escopo, usando a análise temática reflexiva Resultados: Identificamos 5 temas Social: Como o envolvimento comunitário, o incentivo à autenticidade e a rejeição de expectativas e subversão de normas são importantes tanto no BDSM como na neurodivergência Foco: Como o BDSM pode ser um hiperfoco e uma forma de pessoas neurodivergentes redirecionarem a atenção Expressões de Limites e Necessidades: Como as pessoas neurodivergentes expressam os seus limites e o que podem vir a precisar e os possíveis desafios de comunicação Estágios de Estimulação: Como o BDSM ajuda as pessoas neurodivergentes a explorar estímulos sensoriais, oferecendo um espaço para a autorregulação e um meio para a pessoa se acalmar em caso de sofrimento Previsibilidade: Como o BDSM vai ao encontro de preferências neurodivergentes por controlo, planeamento detalhado e rotina Discussão: Considerando relatos de falta de profissionalismo de terapeutas em relação a pessoas com identidades BDSM e neurodivergentes, a compreensão de profissionais da saúde sobre pessoas neurodivergentes envolvidas no BDSM é importante para capacitá-los a trabalhar de forma eficaz com essa população

---

2. Escala de Atitudes e Crenças Heteronormativas: Adaptação e Validação para Portugal

Catarina Marujo (1), Alexandra Oliveira (2) & Pedro Alexandre Costa (2)

(1) Departamento de Psicologia, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação, Universidade do Porto, Porto, Portugal
(2) Centro de Psicologia da Universidade do Porto, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação, Universidade do Porto, Porto, Portugal

up201703624@up.pt

A heteronormatividade é um sistema sociopolítico de poder que estabelece a heterossexualidade como a única forma legítima de expressão sexual. Este estudo teve como objetivo adaptar e validar a Escala de Atitudes e Crenças Heteronormativas (EACH) para Portugal, o único instrumento que avalia em que medida as pessoas têm estas normas relacionais e identitárias integradas. A recolha de dados ocorreu entre janeiro e fevereiro de 2026, através de um questionário online. As pessoas participantes tinham de ter pelo menos 18 anos, residir em Portugal e ser capazes de ler e escrever em português. Através de uma amostragem por conveniência obtiveram-se 579 pessoas participantes (idade média = 22,60, DP = 4,17; Mulher = 57,7%, Homem = 37%, Trans/Não-binárie = 10%). A tradução foi realizada com recurso ao método de painel duplo. Os resultados confirmam uma versão portuguesa da EACH com um bom ajuste do modelo aos dados ($\chi2(579) = 522.24$, $p < .001$, CFI =.934, TLI =.921, RMSEA =.085,

90% CI [.078,.093]), composta por 16 itens, distribuídos por duas dimensões: "Sexo e Género" (α = 0,935) e "Comportamentos Normativos" (α = 0,892). A versão adaptada em português da EACH demonstrou validade de constructo e fiabilidade. A EACH permitirá avaliar crenças e atitudes internalizadas e o impacto das mesmas, identificar fontes de sofrimento psicológico, particularmente com as populações LBTQIA+, como também orientar intervenções clínicas mais inclusivas e afirmativas.

---

3. An Analysis of Openness, Sexual Attitudes, Behaviors and Expectations in Consumers of Mainstream and Ethical Pornography

Amber Mallery & Alexandra Oliveira

Faculty of Psychology and Education Sciences (FPCEUP) - PhD in Human Sexuality, Portugal

amb.mallery@gmail.com

Introduction: This study aims to understand the meanings pornography consumers express concerning sexual communication, sexual health attitudes and risk-taking behavior, hypothesizing that equitable pornography consumers show greater openness, more positive health attitudes and lower risk-taking behavior. Method: This cross-sectional study used an online survey distributed through community gatekeepers to equitable and mainstream pornography consumers. It included quantitative and open-ended qualitative questions, analyzed through the constant comparative method until theoretical saturation was reached across 52 participants. Results: Equitable consumers showed higher frequency of positive health-seeking behaviors such as STI testing and prioritized communication within relationships more than mainstream consumers. Both groups recognized pornography as a source of sexual health education, often being a young person's first exposure to such content. Discussion: Pornography is currently functioning as sex education, particularly for adolescents lacking a formal foundation. Rather than banning it, the focus should shift toward improving pornography as a harm reduction tool. Both groups agreed that a broader shift in mainstream attitudes around sex is necessary to improve health outcomes for future generations.

---

4. Efeitos Neuropsicológicos Decorrentes do Consumo de Material Pornográfico: Uma Revisão Integrativa

Cândida Helena Lopes Alves (1), Fernando Hyerro de Lima Ferreiro (2) & Lucas José Rodrigues Costa (2)

(1) CARE/ Instituto Politécnico de Portalegre
(2) Unibalsas (Brasil)

candida.alves@ipportalegre.pt

Objetivos e Introdução: O presente estudo tem como objetivo investigar os efeitos neuropsicológicos decorrentes do ato de consumo de material pornográfico, analisando especificamente as alterações no sistema de recompensa cerebral e nas funções cognitivas, bem como seus reflexos no comportamento humano. A relevância do tema

justifica-se pela alta acessibilidade digital, observando-se que, no Brasil, cerca de 22 milhões de pessoas consomem esse conteúdo, sendo 58% compostos por jovens com menos de 35 anos. Método: Trata-se de uma revisão integrativa da literatura com síntese narrativa, realizada nas bases de dados Google Scholar e PubMed, com recorte temporal de 2018 a 2024. Foram selecionados e analisados 28 artigos qualitativos e quantitativos que atenderam aos critérios de elegibilidade. Resultados: A análise dos 28 estudos selecionados indica que o consumo problemático está associado a alterações no sistema de recompensa cerebral semelhantes à dependência química. Encontrou-se dados que indicam redução de massa cinzenta no córtex pré-frontal e prejuízos na conectividade entre o corpo estriado ventral, amígdala e córtex pré-frontal. No domínio cognitivo, os dados apontam para rigidez cognitiva, falhas na memória de trabalho, impulsividade e alteração adaptativa no processo de tomada de decisão. No âmbito comportamental e social, os indicam aumento da agressividade, disfunções sexuais (como disfunção erétil e ejaculação precoce), desconexão emocional e isolamento social. Discussão: Os dados sugerem uma convergência etiológica entre o uso problemático de pornografia e o transtorno por uso de substâncias, onde a busca pela homeostase prioriza o estímulo virtual via cooptação das vias dopaminérgicas. A hipoatividade do sistema de recompensa observada nos resultados explica o fenômeno da dessensibilização, elevando o limiar de prazer e tornando interações reais biologicamente menos satisfatórias. Uma limitação crítica identificada na discussão dos achados é a homogeneidade das amostras, majoritariamente masculinas e heterossexuais, o que restringe a generalização dos mecanismos neuropsicológicos para mulheres e outras orientações sexuais. Apesar disso, a neuroplasticidade indica que intervenções como a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) e a Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) podem promover a recuperação estrutural e funcão.

---

5. Entre Amor e Desejo: Erotismo na Maturidade e Saúde Sexual

Maria Elizete de Souza & Cidália Duarte

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

up202400688@edu.fpce.up.pt

O erotismo na maturidade constitui uma dimensão central da sexualidade e da saúde sexual, envolvendo desejo, afetos e intimidade para além da genitalidade, sendo conceptualizado como construção simbólica que articula corpo, desejo, imaginação e vínculo nos relacionamentos amorosos. No campo da sexologia, integra dimensões biológicas, psicológicas, relacionais e socioculturais do bem-estar sexual. Este estudo analisa como transformações biopsicossociais entre 45 e 65 anos impactam a experiência erótica, à luz da psicanálise, em diálogo com a psicologia, a sexologia e perspectivas interdisciplinares da sexualidade. Trata-se de uma revisão narrativa, de caráter interpretativo, que analisou estudos publicados entre 2015 e 2025 nas bases Scopus, Web of Science, SciELO e Google Scholar, com critérios de inclusão voltados à maturidade e exclusão de enfoques biomédicos, totalizando 28 estudos em contextos do Brasil e Portugal. Os resultados indicam que o erotismo articula corpo, desejo, vínculo e imaginação, organizando-se em quatro eixos: desejo, corpo e autoimagem, satisfação conjugal e influências socioculturais. Observou-se predominância de abordagens centradas no funcionamento sexual e escassez de investigações sobre dimensões

subjetivas. Conclui-se que o erotismo é componente fundamental da saúde sexual na maturidade, contribuindo para práticas de cuidado inclusivas, enfrentamento do etarismo e promoção do bem-estar e qualidade de vida.

---

6. Predictors of Lifetime HIV Non-Testing Among Brazilian Gay Men

António Oliveira (1,2,3), Felipe Alckmin-Carvalho (1), Vitória Abrantes (1), Iara Teixeira (4), Guilherme Wendt (5) & Henrique Pereira (1,2,6)

(1) Department of Psychology and Education, Faculty of Social Sciences and Humanities, University of Beira Interior, Pólo IV, 6200-209 Covilhã, Portugal
(2) Research Centre in Sport, Health and Human Development (CIDESD), 5001-801 Vila Real, Portugal
(3) Foundation for Science and Technology, 1249-074 Lisbon, Portugal
(4) University of Minho, Portugal
(5) Western Paraná State University, Brazil
(6) RISE-HEALTH - Health Research and Innovation, 4200-319 Porto, Portugal

antonio.oliveira@ubi.pt

This study examined sociodemographic, behavioral, and psychosocial predictors of lifetime HIV non-testing among Brazilian gay men. In this observational, cross-sectional study, 1,264 men who have sex with men aged 18 to 74 years (M = 39.49, SD = 12.79) completed an anonymous online survey in 2025. Lifetime HIV non-testing was defined as reporting "never tested" for HIV serostatus. Measures included sociodemographic and behavioral questions, the Rosenberg Self-Esteem Scale, UCLA Loneliness Scale, Depression, Anxiety, and Stress Scale, Hypersexual Behavior Inventory, and Internalized Homophobia Scale. Data were analyzed using descriptive statistics, bivariate comparisons, and hierarchical binary logistic regression. Overall, 74.0% reported an HIV-negative result, 16.0% an HIV-positive result, and 10.0% had never been tested. Non-tested participants were younger, had lower education and income, more often lived in less urbanized settings, and reported lower self-esteem, greater loneliness, more depressive symptoms, and higher homonegativity. In the final adjusted model, lower educational attainment, being retired, no reported substance use for sex in the previous year, and higher total homonegativity remained associated with greater odds of never having tested. Findings suggest that HIV non-testing reflects structural inequalities, behavioral factors, and stigma-related psychosocial processes.

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 7

Moderadora: Leonor Algarvio, UBI

1. Saúde Sexual em Mulheres com HPV: Da Identificação de Necessidades ao Desenvolvimento de um Programa Psicoeducativo

Ana Margarida Carriço de Seixas (1) & Ana Quinta Gomes (2)

(1) Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, Portugal
(2) Centro de Psicologia da Universidade do Porto, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, Portugal

up202400692@up.pt

A infeção pelo vírus do papiloma humano (HPV) é uma das infeções sexualmente transmissíveis mais prevalentes a nível mundial e está associada a consequências físicas, emocionais, relacionais e sexuais significativas para as mulheres. Para além do impacto biomédico, o HPV está frequentemente associado a estigma, ansiedade, vergonha e medo de rejeição, com efeitos negativos no bem-estar sexual e nas relações íntimas. Apesar disso, a saúde sexual continua pouco integrada nos cuidados clínicos dirigidos a mulheres com HPV, sendo reportadas necessidades não satisfeitas ao nível da comunicação, do aconselhamento e da orientação psicossexual. Este estudo tem como objetivo identificar as necessidades de cuidados em saúde sexual de mulheres diagnosticadas com HPV e desenvolver e avaliar a aceitabilidade de um programa psicoeducativo. Adota-se um desenho sequencial de métodos mistos, integrando uma revisão Scoping, um estudo qualitativo com grupos focais de mulheres com HPV e profissionais de saúde, e a implementação e avaliação de um programa piloto psicoeducativo online. Espera-se que este projeto contribua para a melhoria dos cuidados em saúde sexual, promova o bem-estar sexual e relacional e forneça ferramentas práticas para uma abordagem clínica mais holística, centrada na pessoa e alinhada com o modelo biopsicossocial.

---

2. Dinâmicas Subjetivas e Expectativas em Teatro Terapêutico com Adolescentes Vulneráveis

Francisca Pereira (1), Filipe Cardoso da Silva (1,2) & José de Abreu Afonso (1,2)

(1) ISPA, Portugal
(2) Applied Psychology Research Center Capabilities and Inclusion, Portugal

franpereira2003@gmail.com

Adolescentes em situação de vulnerabilidade psicossocial expressam frequentemente o sofrimento através de formas não verbais, dificultando o acesso e a elaboração emocional em contextos psicoterapêuticos convencionais. O teatro terapêutico tem-se mostrado uma abordagem promissora, promovendo expressão emocional, regulação afetiva e desenvolvimento relacional em grupo. No âmbito de um projeto interdisciplinar co-construído ao longo de cinco meses, envolvendo técnicos de saúde mental, artistas e adolescentes, este estudo incide no momento pré-intervenção, explorando expectativas, perceções e dinâmicas subjetivas dos profissionais. Adotou-se uma metodologia qualitativa exploratória, com entrevistas narrativas de associação livre (FANI) a seis profissionais. Os dados foram analisados por análise temática reflexiva, com triangulação entre pares. Os resultados evidenciam discursos predominantemente intelectualizados, sugerindo processos defensivos face à incerteza. Observa-se a tendência para centrar a narrativa no grupo, em detrimento das dimensões intersubjetivas e do envolvimento pessoal, bem como evitamento da explicitação emocional, apontando para barreiras ao contacto com aspetos contratransferenciais. Estes resultados sublinham a importância de

considerar as dinâmicas subjetivas dos profissionais no início da intervenção, e a necessidade de integrar o trabalho sobre processos contratransferenciais na preparação e supervisão de intervenções em teatro terapêutico.

---

3. Efeitos de um Vídeo Psicoeducativo na Literacia em Saúde Mental: Um Ensaio Clínico Aleatorizado

Bárbara Gonzalez (1,2), Catarina Trancoso (3), Ana Beato (1), Leonor Costa (1), Isabel Santos (1) & Sara Albuquerque (1)

(1) HEI-Lab: Laboratórios Digitais de Ambientes e Interações Humanas, Universidade Lusófona, Portugal
(2) CICPSI, Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa
(3) Universidade Lusófona, Portugal

barbara.gonzalez@ulusofona.pt

O presente estudo analisou o impacto de um vídeo psicoeducativo na promoção da literacia em saúde mental. Foi realizado um ensaio clínico aleatorizado com dois grupos (experimental e controlo), envolvendo 127 participantes adultos recrutados por amostragem não probabilística. O grupo experimental visualizou o vídeo completo, enquanto o grupo de controlo assistiu a um excerto do mesmo. A literacia em saúde mental foi avaliada através da Mental Health Literacy Scale (MHLS), aplicada em dois momentos: antes e imediatamente após a intervenção, e foi igualmente analisada a perceção dos participantes quanto à relevância, utilidade e clareza do vídeo. Os resultados mostraram uma melhoria estatisticamente significativa da literacia no grupo experimental entre o pré e o pós-teste, embora a interação grupo × momento não tenha atingido significância. A análise estratificada revelou maior impacto nos participantes sem historial de problemas de saúde mental. Conclui-se que o recurso audiovisual utilizado constitui uma ferramenta eficaz e de baixo custo para promover a literacia em saúde mental, com efeitos positivos imediatos e boa aceitação pelos participantes. Estes resultados reforçam a utilidade de vídeos psicoeducativos como estratégia de intervenção em saúde pública e sugerem que futuras investigações integrem exposições repetidas, narrativas pessoais e métricas de envolvimento digital para potenciar a redução do estigma e a promoção de atitudes pró-ativas face à saúde mental.

---

4. WIW Project: Resultados de uma intervenção psicoeducativa baseada na comunidade para o bem-estar psicossocial de mulheres migrantes

Patricia Silva (1,2), Henrique Pereira (1,2) & Sandra Carriço (3)

(1) Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior, Portugal
(2) Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano (CIDESD), Portugal
(3) Centro Local de Apoio à Integração de Migrantes, Fundão, Portugal

pg.silva@ubi.pt

Mulheres migrantes enfrentam múltiplos estressores que comprometem o seu bem-estar psicossocial. O programa *Welcome Immigrant Woman* (WIW) foi desenvolvido com base em pesquisa participativa baseada na comunidade, com o objetivo de avaliar a sua viabilidade e efeitos sobre o bem-estar psicossocial e empoderamento de mulheres migrantes. Adotou-se um desenho de braço único com medidas repetidas em 3 momentos: pré-intervenção, pós-intervenção e follow-up de 6 meses. Participaram 22 mulheres migrantes residentes no Fundão. O programa consistiu em 8 sessões psicoeducativas presenciais. Os instrumentos utilizados foram o GHQ-12, a PAS-MW e uma escala de conhecimento migratório desenvolvida para o estudo, além de indicadores qualitativos de agência e pertencimento. Realizaram-se ANOVA de medidas repetidas, Índice de Mudança Confiável e Análise Temática Reflexiva. A retenção foi de 91,7%. Todos os desfechos evidenciaram efeitos significativos do tempo com tamanhos de efeito grandes: conhecimento migratório (η^2p=.662), distress psicológico (η^2p=.391) e adaptação psicossocial (η^2p=.261). A análise qualitativa corroborou estes resultados, contudo, identificou barreiras estruturais persistentes como burocracia, discriminação e exclusão, que dificultam a aplicação do aprendido. Os resultados sugerem que a intervenção pode produzir melhorias sustentadas no bem-estar psicossocial de mulheres migrantes e apoiar profissionais que atuam com esta população. As principais barreiras de aplicação reforçam a necessidade de articulação com políticas públicas de integração.

---

5. Lidar com a Ansiedade no Ensino Secundário: Adaptação do Programa "4YourMind"

Maria João Carapeto (1,2,3), Anabela Pereira (1,3,4), Sofia Alves (1) & Inês Agostinho (1,3,4)

(1) Universidade de Évora, Departamento de Psicologia, Portugal
(2) CHRC – Comprehensive Health Research Center, Universidade de Évora, Portugal
(3) Serviço de Extensão à Comunidade em Psicologia (Sec-Psi), Universidade de Évora, Portugal
(4) CIEP – Centro de Investigação em Educação e Psicologia, Universidade de Évora, Portugal

mjcarapeto@uevora.pt

Os problemas de ansiedade apresentam elevada prevalência na adolescência, prejudicando o bem-estar, percurso académico e desenvolvimento psicossocial dos adolescentes. Este estudo tem como objetivo avaliar o efeito do programa de promoção de competências "4YourMind – Lidar com a Ansiedade" em estudantes do ensino secundário. Inicialmente desenhado para estudantes universitários, o programa baseia-se na perspetiva cognitivo-comportamental e estrutura-se em quatro sessões semanais que trabalham conhecimentos e competências de literacia e automonitorização da ansiedade, regulação fisiológica da ansiedade, identificação e substituição de pensamentos disfuncionais, e exposição gradual. Participaram no estudo 34 estudantes de 11º ano de uma escola secundária do distrito de Évora, distribuídos por dois grupos: intervenção e controlo. Medidas de literacia em ansiedade, consciência corporal das emoções, autorregulação fisiológica, reavaliação cognitiva e sintomas de ansiedade, foram

recolhidas em dois momentos (pré e pós-intervenção), e de satisfação com o programa após a intervenção. O programa contribuiu para melhorar a literacia em ansiedade e a consciência corporal das emoções. Melhorias na autorregulação fisiológica e na reavaliação cognitiva parecem também promissoras. Os participantes fizeram uma avaliação positiva do programa. Os resultados são discutidos, as limitações do estudo analisadas e retiradas implicações para aperfeiçoamento do programa e estudos futuros.

---

6. Formação de Não Profissionais em Primeira Ajuda Psicológica: Avaliação de um Programa

Maria João Carapeto (1,2,3), Inês Agostinho (1,3,4), Anabela Pereira (1,3,4) & Maria de Fátima Marques (5)

(1) Universidade de Évora, Departamento de Psicologia, Portugal
(2) CHRC – Comprehensive Health Research Center, Universidade de Évora, Portugal
(3) Serviço de Extensão à Comunidade em Psicologia (Sec-Psi), Universidade de Évora, Portugal
(4) CIEP – Centro de Investigação em Educação e Psicologia, Universidade de Évora, Portugal
(5) Escola Superior de Enfermagem São João de Deus, Universidade de Évora, Portugal

mjcarapeto@uevora.pt

A elevada prevalência de problemas de saúde mental nos estudantes universitários tem vindo a apontar para a necessidade de capacitar os funcionários das universidades para poderem oferecer uma primeira ajuda psicológica eficaz. Programas internacionais de primeiros socorros em saúde mental têm demonstrado benefícios ao nível da literacia em saúde mental e da resposta a situações de crise. Este estudo tem como objetivo avaliar os efeitos do curso "Ajuda em crise psicológica: guia para não profissionais", destinado a promover competências de primeira ajuda psicológica em funcionários da Universidade de Évora. Participaram 17 funcionários de diferentes serviços. O curso teve a duração de 18 horas, ao longo das quais se trabalhou um modelo de primeira ajuda, psicoeducação sobre problemáticas da saúde mental selecionadas e o desenvolvimento de diversas estratégias e técnicas de primeira ajuda. Para avaliar os efeitos da formação foram utilizadas medidas de literacia em saúde mental (pré e pós-formação), autoperceção do desenvolvimento de conhecimentos e competências, e satisfação com a formação. Os resultados evidenciam melhoria do conhecimento sobre problemas de saúde mental e da perceção de competência na utilização de técnicas de primeira ajuda em crise psicológica. O curso foi avaliado muito positivamente pelos formandos em todas as dimensões consideradas. Globalmente, os resultados apontam para benefícios da formação, merecendo aprofundamento em estudos futuros.

---

7. Estilos Parentais em Contextos Continental e Insular: Um Projeto de Investigação em Curso sobre Saúde Mental Infantil e Familiar

Inês Catarina Batista (1,2,3) & Henrique Pereira (1,3)

(1) Universidade da Beira Interior (UBI), Departamento de Psicologia e Educação (DPE), Faculdade de Ciências Sociais e Humanas (FCSH)
(2) Fundação para a Ciência e a Tecnologia (FCT)
(3) Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano (CIDESD)
catarina.batista@ubi.pt

As práticas parentais têm sido amplamente reconhecidas como determinantes no desenvolvimento socioemocional e académico das crianças, exercendo igualmente influência na sua saúde mental, resiliência e capacidade de adaptação ao stress. Apesar da evidência sobre os benefícios da parentalidade positiva, permanecem lacunas na adaptação cultural de intervenções. Este projeto visa analisar disparidades nos estilos parentais entre Portugal Continental e Regiões Autónomas e sustentar uma intervenção ajustada ao contexto. Adotou-se um design sequencial multimétodo com quatro fases: 1) revisão sistemática da literatura; 2) estudo quantitativo transversal com progenitores/cuidadores, aplicando instrumentos validados para avaliar estilos parentais e variáveis psicossociais associadas; 3) estudo quase-experimental de intervenção; 4) estudo qualitativo de análise temática, com entrevistas aos progenitores/cuidadores e professores. A revisão sistemática está concluída e a recolha do estudo quantitativo encontra-se em curso. Espera-se identificar diferenças regionais nos estilos parentais e fatores preditores relevantes para a adaptação da intervenção. O estudo poderá contribuir para intervenções culturalmente ajustadas em parentalidade, com impacto na saúde mental infantil e familiar e na redução de desigualdades regionais. Este projeto é financiado pela Fundação para a Ciência e a Tecnologia (FCT).

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 8

Moderadora: Joana Urbano, UBI

1. Bem-Estar e Regulação Emocional em Estudantes de 1. º ano da UBI

Mariana Pinto (1), Sandra Carina Guimarães (1,2), Cláudia Silva (1,2) & Ana Santos (1)

(1) Departamento de Psicologia e Educação, UBI.
(2) Centro de Investigação em Psicologia e Educação, UE

mariana.ribeiro.pinto@ubi.pt

O sucesso no ensino superior é fortemente influenciado pelas experiências do 1º ano e compete às instituições de ensino superior trabalhar com os estudantes para que assumam um papel construtivo nas suas aprendizagens ao longo da vida. O presente estudo tem como objetivo compreender as estratégias de regulação emocional utilizadas por estudantes do 1.o ano da UBI e o seu impacto nas perceções de bem-estar. Participaram 284 estudantes com idades compreendidas entre os 18 e os 45 anos, tendo sido aplicados um Questionário Sociodemográfico, o BERQ, o CERQ e a EMMBP. A recolha de dados, realizada por via online, decorreu entre junho de 2024 e setembro de 2025. A análise dos dados incluiu a caracterização sociodemográfica da amostra, a análise descritiva dos resultados obtidos nos instrumentos BERQ, CERQ e EMMBP, bem como a avaliação da sua consistência interna. Foram ainda analisadas as relações entre as estratégias de

regulação emocional e o bem-estar psicológico, as diferenças em função do género e o impacto das estratégias de regulação emocional nos níveis de bem-estar psicológico. Os resultados indicaram níveis globais de bem-estar psicológico moderados, destacando-se "Procurar Distração" e "Ruminação" como estratégias mais utilizadas. Os dados apontam ainda para uma correlação positiva e significativa entre estratégias de regulação emocional, sobretudo cognitivas, e bem-estar. Identificaram-se também diferenças de género, estatisticamente significativas no uso de estratégias cognitivas, mais reportadas por estudantes do sexo feminino. Por fim, foi ainda possível concluir que o uso de estratégias de regulação emocional cognitivas prediz positivamente o bem-estar psicológico. Estes resultados reforçam a necessidade de intervenção nestas populações e no desenvolvimento de programas promotores da saúde mental, de modo a desenvolver competências socioemocionais e de autorregulação que favoreçam o ajustamento, o crescimento pessoal e sucesso académico.

---

2. Perceções, conhecimentos e práticas educativas sensíveis ao trauma, em docentes do Ensino Superior

Ruben Baptista & Célia Oliveira

Universidade Lusófona do Porto, Portugal

rubenbaptista@naepportugal.com

Introdução: O presente estudo teve como objetivo analisar as perceções, atitudes e práticas educativas informadas pelo trauma em docentes do ensino superior em Portugal, bem como identificar fatores associados à sua adoção e explorar perfis diferenciados de docentes. Método: Participaram 240 docentes (25 a 71 anos; M = 47,7; 55,4% mulheres), maioritariamente doutorados. Recorreu-se a um desenho quantitativo com aplicação de um questionário sociodemográfico e da *Attitudes Related to Trauma-Informed Care Scale* (ARTIC-45), adaptada para português europeu. Foram realizadas análises descritivas, correlações, regressões e análise de clusters. Resultados: Os resultados evidenciaram atitudes globalmente favoráveis em cinco dimensões da ARTIC-45. As perceções de apoio pessoal e institucional apresentaram níveis reduzidos, embora com limitações analíticas associadas ao número de respostas válidas nessas dimensões. A perceção de conhecimento sobre trauma revelou-se um preditor significativo do contacto prévio com o tema (OR = 42,76; p <.001), sugerindo que níveis mais elevados de conhecimento autoavaliado estão associados a maior probabilidade de exposição prévia. Foram identificados três perfis docentes, Iniciante/Convencional, Experiente/Especialista e Consciente porém Inseguro, diferenciados sobretudo ao nível do conhecimento, experiência e autoeficácia. Conclusão: Os resultados indicam que, apesar de atitudes favoráveis às práticas educativas informadas pelo trauma, estas tendem a coexistir com baixos níveis de contacto prévio com a temática e perceções reduzidas de apoio. O conhecimento emerge como um fator central na diferenciação dos perfis docentes e na exposição ao tema. Estes dados sugerem a necessidade de investimento em formação específica e estratégias institucionais de suporte, de forma a promover a consolidação e aplicação consistente destas práticas em contexto académico.

---

3. Saúde mental no ensino superior: expectativas de docentes face a Grupos Balint

Dinis Marques, Nuno Florêncio & José de Abreu Afonso

Instituto Superior de Psicologia Aplicada (ISPA), Applied Psychology Research Center Capabilities and Inclusion, Portugal

dinis.manuel67@gmail.com

O aumento do stress ocupacional, ansiedade e burnout no ensino superior evidencia a necessidade de intervenções centradas na saúde mental dos docentes. Os Grupos Balint constituem dispositivos de reflexão sobre a dimensão emocional das relações profissionais, relevantes em contextos de elevada exigência. Este estudo, integrado num projeto longitudinal, visa caracterizar níveis de stress, ansiedade e burnout em docentes do ensino superior e explorar expectativas face à participação em Grupos Balint. Adotou-se um desenho exploratório de métodos mistos. Participaram sete docentes (2 homens e 5 mulheres), orientadores de estágio e dissertação no 2.º ciclo. Foram aplicados o OLBI, QSPES e STAI-Y, bem como entrevistas semiestruturadas, analisadas por análise de conteúdo. Relativamente aos resultados, a análise quantitativa indicou níveis moderados de stress, ansiedade e exaustão emocional. Através da análise de conteúdo, foram identificados desafios na relação pedagógica, sentimentos de insegurança e impacto emocional negativo, coexistindo com satisfação profissional e relações positivas com os estudantes. Os docentes percecionam os Grupos Balint como ferramentas potencialmente úteis, por constituírem um espaço seguro de partilha e escuta, facilitador da expressão de dificuldades, reflexão conjunta e aprendizagem a partir da experiência dos pares, particularmente relevante em contextos de trabalho mais isolado. São ainda percecionados como uma oportunidade para aliviar tensão emocional e fortalecer relações profissionais, contribuindo simultaneamente para a melhoria da prática docente. Destacam-se, como principais benefícios expectáveis, a promoção da reflexão sobre a prática e a regulação emocional, fatores que corroboram a necessidade de implementar espaços estruturados de discussão e suporte. Foram, contudo, manifestadas algumas reservas, nomeadamente no que respeita à garantia de confidencialidade, à incerteza sobre a composição do grupo, ao receio do julgamento interpares e à complexidade de conciliar a participação nestas sessões com as exigências da atividade profissional. Os dados iniciais (T0) reforçam a pertinência de intervenções baseadas em Grupos Balint na promoção da saúde mental e prevenção de fatores como stress, ansiedade e burnout em docentes do ensino superior.

---

4. Saúde Mental e Bem-Estar estudantil: Dados preliminares de um estudo de caracterização

Daniel Marrinhas (1), Anabela Pereira (1), Lara Guedes de Pinho (2) & João Nabais (1)

(1) Universidade de Évora, Portugal
(2) Instituto Politécnico de Viana do Castelo

daniel.marrinhas@uevora.pt

Introdução. A saúde mental dos estudantes do Ensino Superior tem recebido maior atenção nos últimos anos. Estudos recentes apontam para uma elevada incidência de sintomas de ansiedade, depressão e distress, comprometendo o seu bem-estar e sucesso académico. Estas dificuldades continuam a exceder a capacidade de resposta das Instituições de Ensino Superior (IES). O objetivo deste estudo é caracterizar a saúde mental dos estudantes da Universidade de Évora. Método. No âmbito do Projeto Vagar(Mente), foi efetuado um estudo descritivo e transversal com 1283 estudantes da U. Évora. Os participantes responderam a um questionário online que incluiu uma caracterização sociodemográfica, académica, de hábitos de saúde e da saúde mental (e.g., MHI-5, GAD-7, PHQ-9) dos estudantes. O questionário foi divulgado online e presencialmente nas salas de aula. Resultados. A maioria dos inquiridos era estudante de licenciatura (87.8%) inscrito no 1o ou 2o anos (65.1%). Cerca de 19% relata já ter recebido diagnóstico de doença mental, em particular depressão (9.6%) e ansiedade (15.7%). Em caso de necessidade, os amigos (66.3%) e o apoio psicológico fora da universidade (49.9%) são as formas de apoio preferenciais. Cerca de 35% dos inquiridos apresenta sintomatologia depressiva e/ou de ansiedade moderada ou severa. Discussão. Os resultados realçam as dificuldades de saúde mental vividas pelos estudantes e a necessidade de reflexão acerca das políticas de saúde mental nas IES.

---

5. Por uma comunidade académica unida: Análise de clusters de SOC no ES

Maria João Vargas Moniz (1,2) Francisco Queirós (1,2) Maria Teresa Pereira (1,2) Filipe Loureiro (1,3) Teresa Almeida Rocha (1,2) Tânia Brandão (1,3) Maria João Gouveia (1,2) Ana Cristina Martins (1,3) David Neto (1,2) & Sara Belo (1)

(1) ISPA - Instituto Universitário
(2) APPsyCI
(3) William James Center for Research

maria.moniz@ispa.pt

O sentimento de pertença à comunidade (SOC) académica nos estudantes do ensino superior (ES) promove o estabelecimento de redes de apoio, o seu bem-estar e o desenvolvimento de competências. O presente estudo procura identificar os perfis de estudantes universitários com perceções semelhantes de SOC na instituição de ensino superior (IES) em estudo, comparando esses perfis quanto ao bem-estar psicológico e às dificuldades antecipadas no ensino superior. Participaram 1085 estudantes de uma IES, através de medidas de autorelato *Clinical Outcome in Routine Evaluation – Outcome Measure* (Evans et al., 2002), da Sense of *Community Index* (Chavis et al., 1990) e da Dificuldades Académicas no Ensino Superior (Araújo et al., 2016). O estudo apresenta um delineamento descritivo de corte transversal. Através de um método não hierárquico, calcularam-se 4 perfis de SOC (Baixo, Médio-Baixo, Médio-Alto, Alto) com base nas dimensões definidas por McMillian & Chavis (1986). Verificou-se que os perfis com SOC mais alto apresentavam, em média, maiores índices de bem-estar psicológico e menos dificuldades antecipadas no ES. Estes resultados salientam a importância da integração e conexão dos estudantes nas suas IES, enquanto um importante promotor de bem-estar, saúde mental e sucesso académico. Revela-se importante refletir no papel das IES no empoderamento e desenvolvimento de competências e estratégias nos estudantes para ultrapassarem as suas adversidades diárias.

6. Educational Pathways and Adaptation to Higher Education in Students with Autism Spectrum Disorder

Emanuel Pereira

Universidade de Évora, Portugal

d60748@alunos.uevora.pt

The transition to higher education is a critical developmental stage marked by increased demands, autonomy, and complex social contexts. For students with Autism Spectrum Disorder (ASD), this transition is often more challenging due to differences in social communication, preference for predictability, and sensory sensitivities. Although access to higher education has increased, their academic and psychosocial adaptation remains uneven. Research indicates difficulties in executive functioning, time management, and social integration, yet studies—especially in European and Portuguese contexts—remain limited and often deficit-focused, overlooking strengths and student perspectives. Adaptation is a multidimensional process shaped by individual and contextual factors. This qualitative study explores how students with ASD experience and adapt to higher education, focusing on prior experiences, challenges, protective factors, and coping strategies. Semi-structured interviews with 15–20 students reveal diverse educational pathways and highlight transition challenges such as anxiety, academic organization, and social integration difficulties. Protective factors emerge, including family support, inclusive institutional practices, and supportive faculty. Students report coping strategies such as structured routines, digital tools, and selective social engagement. A key theme is the importance of being understood and supported beyond formal accommodations.

---

7. Integração Académica e Saúde Mental no Ensino Superior: Um Estudo Qualitativo

Tânia Correia (1,2,3), Susana Barros Fonseca (4,5), Fábio Almeida Lopes, Patrícia Alves (1,2), Sofia Campos (1,4)

(1) Escola Superior de Saúde de Viseu – Instituto Politécnico de Viseu, Portugal (ESSV-IPV)
(2) RISE-Health, Portugal
(3) UICISA-E, Portugal
(4) Escola Superior de Educação de Viseu – Instituto Politécnico de Viseu, Portugal
(5) CI&DEI, Portugal

spires@essv.ipv.pt

Introdução: A integração no ensino superior é um determinante relevante do sucesso académico, bem-estar psicológico e prevenção do abandono. Método: Este estudo qualitativo procurou compreender, na perspectiva dos estudantes do ensino superior, dificuldades, facilitadores e processos institucionais associados à integração académica e

à saúde mental. Realizaram-se 2 focus groups com estudantes de um Instituto Politécnico, com recurso a um guião semiestruturado. Resultados: Os discursos foram submetidos a análise categorial, da qual emergiram 5 categorias e 18 subcategorias: adaptação e integração académica; bem-estar psicológico e saúde mental; dinâmica relacional e clima institucional; condições estruturais e organizacionais; e processos pedagógicos e desenvolvimento profissional. Discussão: Os resultados evidenciam que o choque da transição, a sobrecarga académica e organizacional, o sofrimento psicológico, a discriminação, o medo de represálias, a desorganização institucional e as dificuldades socioeconómicas configuram fatores de risco para integração e permanência. Em contraste, apoio social, apoio psicológico institucional, atividades extracurriculares e práticas pedagógicas humanizadas emergem como fatores protetores. Estes indicadores sustentam uma compreensão ecológica da saúde mental dos estudantes e reforçam a pertinência de intervenções multissistémicas, com implicações para a promoção do bem-estar, da permanência e sucesso no ensino superior.

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 9

Moderadora: Ana Jerónimo, UBI

1. Diagnóstico Colaborativo e Capacitação Local para Comunidades Amigas da Demência

Cândida Helena Lopes Alves (1), Raul Cordeiro (1), Lorena Silva (1), Maria Rosália Guerra (2), Ana Viegas Loures (1) & Marisa de Jesus Candeias (1)

(1) CARE, IPP/Portalegre
(2) Santa Casa da Misericórdia

candida.alves@ipportalegre.pt

Introdução: A demência afeta atualmente milhões de pessoas no mundo e as projeções futuras são particularmente preocupantes, configurando-se como um dos grandes desafios sociais, de saúde e políticos das próximas décadas. A curto e médio prazo, viver com demência deixará de ser uma exceção para se tornar uma realidade cada vez mais comum, o que exige uma preparação adequada das políticas, dos territórios, das comunidades e dos serviços. O objetivo é a realização de um diagnóstico aprofundado no distrito de Portalegre e de Viseu, para compreender o grau de preparação do território face aos cenários atuais e futuros da demência. Método: Pretende-se avaliar se estes distritos podem ser considerados *dementia friendly*, identificando boas práticas existentes, lacunas, desafios e oportunidades de melhoria. Para o efeito, será realizado um diagnóstico multidimensional que incide em seis eixos de avaliação: 1) Ambiente físico e urbano; 2) Serviços de saúde; 3) Serviços de apoio social; 4) Atitudes, estigma e literacia para a demência; 5) Voz e espaço vivido; 6) Governança e políticas públicas. Proceder-se-á à análise de planos municipais, avaliação do ambiente físico e urbano, entrevistas a técnicos de planeamento, dirigentes das ULS e decisores políticos, georreferenciação de respostas sociais, inquérito sobre atitudes face à demência, *walking-interviews* e grupos focais. Resultados e Discussão: O projeto encontra-se numa fase inicial de desenvolvimento, tendo a comunicação o objetivo de estimular a reflexão e debate científico em torno da urgência na adaptação de ambientes e comunidades para pessoas

com demência. Pretende-se discutir se as cidades estão preparadas para responder ao acentuado envelhecimento e aos cenários projetados para a evolução das demências, com particular enfoque nos contributos das áreas da psicologia e da saúde. Neste contexto, o projeto propõe-se a identificar soluções concretas, reunindo contributos que sustentem a definição de propostas estruturadas para os planos locais para as demências.

---

2. Eficacia de un Protocolo de Cribado del DCL en Personas Mayores

Claudia Martínez Láriz, Antonio Sánchez Cabaco, Armando González-Sánchez, Paula Prieto Fernández & Lizbeth de la Torre

Universidad Pontificia de Salamanca, Facultad de Psicología, España

cmartinezla.psi@upsa.es

Introducción El deterioro cognitivo leve (DCL) es relevante en Psicología Clínica y de la Salud por su riesgo de progresión a demencia y su impacto funcional. Este estudio evaluó la eficacia de un protocolo de screening en adultos mayores y la influencia de variables sociodemográficas, educativas, de salud, reserva cognitiva y física, y relaciones sociales sobre el rendimiento cognitivo. Método Se realizó un estudio unicéntrico, transversal y observacional con 32 adultos mayores. Se aplicaron Montreal Cognitive Assessment (MoCA), Test del Reloj versión Cacho, Test de Acentuación de Palabras (TAP), IQCODE, Índice de Discapacidad para las Actividades de la Vida Diaria y Escala de Depresión Geriátrica de Yesavage versión reducida, junto con hábitos de lectura y ejercicio. Resultados Mayor edad se asoció con menor rendimiento cognitivo y funcional, mientras que lectura y ejercicio se vincularon con mejores puntuaciones, sugiriendo un efecto protector de la reserva cognitiva y física. Discusión Los hallazgos apoyan la utilidad clínica del protocolo para la detección temprana de DCL y resaltan la importancia de evaluaciones multidimensionales en adultos mayores para planificar intervenciones preventivas.

---

3. Intervención psicoeducativa para favorecer un envejecimiento activo y saludable

Lizbeth De La Torre, Paula Prieto Fernández, Sara Cambón Olea, Armando González-Sánchez & Antonio Sánchez Cabaco

Universidad Pontificia de Salamanca, España

ldelatorrelo@upsa.es

Introducción. El concepto de envejecimiento saludable ha adquirido gran relevancia en los últimos años, destacando el papel activo de las personas mayores en el mantenimiento de su bienestar. En este contexto, las intervenciones orientadas a modificar la percepción del envejecimiento resultan fundamentales, ya que contribuyen a fomentar una vejez más activa y satisfactoria. Entre estas estrategias, los diálogos psicoeducativos se presentan como una herramienta eficaz, al promover el aprendizaje, la reflexión y la transformación de estereotipos negativos asociados a la vejez, favoreciendo una visión más equilibrada y positiva. Objetivos: El objetivo principal del estudio fue promover un envejecimiento

activo y saludable mediante espacios estructurados de reflexión, intercambio de experiencias y acceso a información significativa, así como analizar la eficacia de una intervención basada en los Diálogos del Buen Envejecer. Material y métodos: Se empleó un diseño pretest-postest con un único grupo, lo que permitió evaluar los cambios producidos tras la intervención. La muestra estuvo compuesta por 125 personas mayores de 60 años empadronadas en Salamanca. Se utilizaron dos escalas tipo Likert aplicadas antes y después de las sesiones. Resultados: Los datos se analizaron mediante la prueba de rangos con signo de Wilcoxon, con un nivel de confianza del 95%. Los resultados evidenciaron un impacto positivo en la mayoría de los indicadores evaluados, especialmente en la percepción del envejecimiento, aunque se identificaron áreas susceptibles de mejora. Conclusión: Los diálogos estructurados constituyen una estrategia eficaz para mejorar la percepción del envejecimiento y el bienestar en personas mayores. No obstante, los resultados deben interpretarse con cautela debido a limitaciones como el tamaño de la muestra y la falta de seguimiento a largo plazo, lo que sugiere la necesidad de futuras investigaciones

---

4. Projeto de Intervenção comunitária "Aproximar" para um envelhecimento ativo: resultados preliminares

Sónia Martins (1), Ana Rocha (2), Patrícia Aleixo (2), José Duarte (2), Carla Santos (2) & Sara Lima (1)

(1) Unidade de Investigação para a Inovação em Saúde e Bem-Estar (iHealth4Well-being), IPSN-CESPU
(2) Unidade de Envelhecimento Ativo da Câmara Municipal de Vila Flor

sonia.martins@ipsn.cespu.pt

Introdução: A literacia em saúde vai facilitar o acesso aos cuidados de saúde, permitindo uma boa gestão da saúde, com impacto no bem-estar, da solidão, do stresse e do humor. O objetivo deste projeto visa a promoção de um envelhecimento ativo e participativo das pessoas mais velhas, assim como descrever o seu perfil multidimensional Estudo quantitativo, longitudinal, com pessoas residentes no Município de Vila Flor. Utilizou-se um protocolo multidimensional com o Questionário Europeu de Literacia em Saúde, Escala de Bem-estar Psicológico, Escala de Ansiedade Geriátrica e Escala de Depressão Geriátrica. Resultados: Participaram 159 pessoas (média 74 anos), maioritariamente mulheres (86%), casadas (54%) e com baixa escolaridade (57%). Destaca-se que 35% apresentaram défice cognitivo, 14% algum grau de dependência, 16% sintomas depressivos e 45% ansiosos. Cerca de 25% revelou níveis problemáticos/inadequados de literacia em saúde. As dimensões psicossociais avaliadas correlacionaram-se entre si e níveis mais baixos de literacia em saúde associaram-se a piores resultados psicossociais. Discussão: Os resultados evidenciam vulnerabilidades relevantes e reforçam a importância da literacia em saúde na promoção do bem-estar, permitindo a co-criação das intervenções, com vista à promoção de um envelhecimento ativo, e a melhoria do bem-estar e qualidade de vida destas pessoas.

---

5. Entre idealismo e desgaste: Motivação e stressores no trabalho com pessoas refugiadas

Mateus Pinto, Rodrigo Alves & Lisa Matos

ISPA- Instituto Universitário, Portugal

mateusopinto@hotmail.com

Introdução: Os/as profissionais que prestam serviços diretos a pessoas em situação de refúgio estão diariamente expostos a uma multiplicidade de stressores, passíveis de causar sofrimento psicológico significativo. Este estudo exploratório qualitativo visou avaliar as motivações para o trabalho com refugiados e a exposição a stressores e acontecimentos traumáticos secundários, em profissionais do acolhimento e integração de refugiados em Portugal. Método: Trinta e dois profissionais, incluindo 27 mulheres, foram entrevistados entre fevereiro e maio de 2025, nos distritos de Braga, Aveiro, Castelo Branco e Lisboa. Resultados: Através de análise temática indutiva, com recurso ao software MAXQDA24, identificámos quatro temas: "Desejo de contribuir para um mundo melhor", como principal motivação para ingressar na profissão; "Desafios infindáveis", nomeadamente obstáculos institucionais e pressão esmagadora; "De repente, fico sem palavras" associado à exposição, frequentemente espontânea, a narrativas traumáticas dos utentes; e "Desidealização da profissão". Discussão: Os resultados sugerem motivações fortemente ancoradas em justiça social, que são diaramente desafiadas por uma multiplicidade de stressores, exposição traumática vicariante e falta de apoio institucional para gerir a carga emocional. O estudo sublinha a necessidade de supervisão regular, espaços de reflexão e abordagens institucionais informadas pelo trauma, que promovam a saúde mental e a longevidade na profissão.

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 10

Moderadora: Joana Santos, UBI

1. Pobreza, etnicidade e saúde psicossocial: Dados preliminares de um estudo qualitativo

Joni Ledo (1,2,3), Henrique Pereira (1,2) & Catarina Oliveira (4)

(1) Department of Psychology and Education, Faculty of Social Sciences and Humanities, University of Beira Interior, Polo IV, 6200-209 Covilhã, Portugal
(2) Research Centre for Sport, Health and Human Development (CIDESD), 5001-801 Vila Real, Portugal
(3) Foundation for Science and Technology, 1249-074 Lisbon, Portugal
(4) Vila Real District Office of EAPN – European Anti-Poverty Network /Portugal (EAPN Portugal), 5000-260 Vila Real

joni.ledo@ubi.pt

Introdução: Este estudo qualitativo tem como principal objetivo compreender a perceção do estigma social, discriminação e saúde psicossocial de populações Roma e Non-Roma em situação de pobreza. Método: Realizaram-se entrevistas semiestruturadas a 20

participantes (10 roma e 10 non-roma) com rendimento per capita inferior a €522,50 e com idades compreendidas entre os 21 e os 65 anos (Média= 44.2; SD= 12.75). Os dados foram analisados com base na análise temática com o apoio do software Nvivo 15. Resultados: Os resultados indicam que as participantes da comunidade Roma percecionam a habitação como o principal fator para o seu bem-estar. A situação de pobreza e o emprego são também fatores predominantes, com a comunidade cigana a elencar a sua visão mais positiva dentro das suas adversidades e maiores dificuldades para ter um emprego estável e pela discriminação étnica presente em todos os testemunhos da comunidade roma, pelo efeito da interseccionalidade. Discussão: Estes fatores têm efeitos distintos na saúde mental, com a comunidade cigana a elencar a resiliência e o suporte social da família como fatores protetores, enquanto a comunidade Non-roma considera que seria fundamental ter apoio psicológico. Os resultados evidenciam que a etnia se sobrepõe ao rendimento como fator de discriminação, reforçando a importância de políticas públicas que melhorem condições de vida, promovam integração social e combatam discursos que reforçam desigualdades etnoculturais.

---

2. Discriminação, Resiliência e Saúde Mental: Estudo Comparativo entre Géneros na População Portuguesa

Madalena Cruz (1), Jóni Ledo (1), Iara Teixeira (1), Catarina Oliveira (2) & Henrique Pereira
(1)

(1) Department of Psychology and Education, Faculty of Social Sciences and Humanities, University of Beira Interior, Polo IV, 6200-209 Covilhã, Portugal
(2) Vila Real District Office of EAPN – European Anti-Poverty Network /Portugal (EAPN Portugal), 5000-260 Vila Real

madalena.cruz@ubi.pt

Mesmo com os avanços socias na procura de uma sociedade mais igualitária em termos de género, sabemos que ainda existe um longo caminho em direção à igualdade. Neste sentido, este estudo tem como principal objetivo avaliar as associações entre distress psicológico, discriminação social, suporte social percebido e resiliência em função do género. Um estudo transversal, com uma amostra de 752 participantes, com idades compreendidas entre os 18 e 84 anos (M= 39.34; DP= 13.77). Os instrumentos utilizados foram: Brief Symptom Inventory, Portuguese Everyday Discrimination Scale, Multidimensional Scale of Perceived Social Support and Connor-Davidson Resilience Scale. Os resultados mostram uma relação significativa entre distress psicológico e a discriminação social ($r=.642$, $p<.01$) e moderada entre a resiliência e o suporte social percebido ($r=.417$, $p<.01$). Nos resultados da regressão linear, a variável género mostrou-se significativa, indicando que ser do género masculino é preditor de maior distress psicológico. Na comparação entre grupos verifica-se que os homens apresentam níveis mais elevados de discriminação social e resiliência. Ao controlar as variáveis sociodemográficas e psicossociais, o género surgiu como um preditor independente para o sofrimento, com as mulheres a apresentar maior vulnerabilidade. Estes resultados reforçam a importância de considerar o género e os papeis atribuídos ao mesmo na análise de saúde mental, reconhecendo o impacto cumulativo de múltiplas identidades sociais.

3. Emergência versus integração: Diferenças na saúde mental de profissionais com refugiados

Raquel Rodrigues, Catarina Huerta, Mateus Pinto, Rodrigo Alves & Lisa Matos

ISPA- Instituto Universitário, Portugal

raquel.fa.rodrigues@gmail.com

Introdução: As crises humanitárias têm impulsionado o aumento de pessoas em situação de refúgio, exigindo respostas especializadas ao longo do percurso migratório. Quer em contextos de resgate nas fronteiras, quer no dia-a-dia do acolhimento e integração, os/as profissionais estão expostos a múltiplos stressores, com impacto significativo no bem-estar psicológico. Este estudo quantitativo avaliou satisfação e fadiga por compaixão, incluindo burnout e Stress Traumático Secundário (STS), em agentes da Polícia Marítima Portuguesa (PMP) destacados no Mediterrâneo e técnicos do acolhimento em Portugal. Método: 68 participantes (36 agentes e 32 técnicos) preencheram a versão portuguesa da Escala de Qualidade de Vida Profissional (ProQOL) entre fevereiro e maio de 2023 e 2025, respetivamente. Resultados: Testes t de Student para amostras independentes revelaram diferenças estatisticamente significativas entre os grupos, incluindo menor burnout e STS e maior Satisfação por Compaixão em agentes da PMP. Discussão: Os resultados sugerem que a natureza das funções, enquadramento operacional, exposição cumulativa a sofrimento e barreiras institucionais constituem determinantes significativos de saúde mental em profissionais que trabalham com refugiados. O estudo compara, de forma inovadora, contextos distintos de exposição ocupacional ao sofrimento humano no âmbito das migrações forçadas, sublinhando o papel protetor do sentido de eficácia, estrutura e missão nas respostas de emergência.

---

4. Mediação cultural e inovação em psicoterapia psicanalítica: contributos do trabalho com migrantes

Ana Isabel Pereira (1), José de Abreu-Afonso (1), Catarina Lopes Praça (2) & Mariana Vaz Martins (2)

(1) ISPA, AppsyCI, Portugal
(2) ISPA, Portugal

anaipereira@ispa.pt

Os movimentos migratórios configuram uma das marcas do mundo contemporâneo, produzindo transformações coletivas e individuais, sociopolíticas e subjetivas, que convocam desafios específicos à clínica psicológica. A experiência migratória, seja motivada por razões económicas ou por deslocações forçadas, implica frequentemente processos de perda, descontinuidade e reorganização identitária, associados a sofrimento psíquico significativo. No campo da saúde mental, as populações migrantes enfrentam persistentes obstáculos de acesso aos serviços, relacionados com barreiras linguísticas, diferenças nas representações culturais face ao sofrimento, à saúde e ao adoecer, bem

como restrições no exercício da cidadania. Para além destas barreiras, a literatura sublinha dificuldades na construção da aliança terapêutica, maior incidência de erros diagnósticos e de psicopatologização excessiva, bem como elevadas taxas de abandono precoce dos processos terapêuticos. Estes dados colocam em evidência a necessidade de inovação nos dispositivos clínicos e de desenvolvimento da técnica psicoterapêutica, ampliando a sensibilidade e a competência cultural dos profissionais e dos serviços de saúde mental. O presente trabalho apresenta resultados preliminares de um estudo qualitativo que investiga as transformações da técnica em psicoterapia psicanalítica no trabalho com populações migrantes. O estudo inscreve-se num paradigma qualitativo de orientação interpretativa, respeitando a convergência entre fenómeno e método estudado, sustentado por uma epistemologia construtivista-hermenêutica que destaca a produção de conhecimento co- construída entre investigador e entrevistados. O estudo parte de uma matriz psicanalítica e psicossocial, recorrendo ao método das Entrevistas Narrativas de Associação Livre, recolhidas junto de psicoterapeutas e mediadores culturais clínicos. Foi utilizada uma estratégia de amostragem não probabilística, de conveniência e intencional de natureza criterial, recrutando profissionais acessíveis à investigadora, com experiência direta em psicoterapia transcultural com mediação cultural clínica. Os dados são analisados através de uma abordagem temática e interpretativa que visa identificar padrões narrativos, núcleos de significado conscientes e inconscientes e configurações relacionais associadas. Os resultados preliminares sugerem que (1) o processo de tradução é um processo ativo que funciona como um terceiro clínico elicitando significados culturais, afetivos e institucionais, (2) a triangulação do setting implica a alteração nas funções terapêuticas tradicionais, alterando os limites e a neutralidade, (3) a dinâmica do campo analítico inclui dimensões metatransferenciais nas quais diferenças culturais, pertenças identitárias e assimetrias socio políticas exigem trabalho analítico, (4) a descentração cultural e profissional dos psicoterapeutas assume-se como exigência da técnica, através da revisão crítica de pressupostos eurocêntricos e (5) circunscrevem-se necessidades específicas de contenção da sobrecarga emocional dos psicoterapeutas e mediadores culturais clínicos.

---

5. A clínica psicológica sob a lógica neoliberal: compromisso entre política normativa e política alternativa

Lucas Pimentel (1), Cidália Duarte (1) & Mary Yoko Okamoto (2)

(1) Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto, Portugal
(2) Universidade Estadual Paulista (UNESP)

up201509470@up.pt

Introdução: Verifica-se uma mudança na racionalidade clínica sob a égide neoliberal. Como refere Dunker (2022), ao estar orientada pelo processo de literalização e de encaixotamento do sofrimento psíquico em forma de "uma lista de sinais descritivos, isolados de um nexo narrativo" (p. 177), produz-se uma subjetividade pautada no sentimento de culpa e na destituição da dimensão política do sofrimento. Sob inspiração de Foucault, aborda-se o âmbito político como condição de reflexão para responder à questão de investigação: como sustentar uma política de intervenção psicológica alternativa à política normativa que pede 'resultados'? Método: Trata-se de uma análise

do discurso cuja exposição se dará oralmente, privilegiando a dimensão da enunciação. Resultados: Propõe-se a dialética entre duas modalidades políticas de clínica psicológica: uma política normativa pautada na imediatez, custo-benefício, generalização e protocolos que consente à lógica hegemônica e uma política alternativa que a tensiona a partir da primazia da experiência, dos princípios epistemológicos e do caso a caso, expandindo-a para além da primazia dos 'resultados'. Discussão: Face ao contexto hegemônico pautados na lógica neoliberal, a sustentação da clínica psicológica pautada no compromisso entre a política normativa e a política alternativa constitui-se como um ato clínico, ético e político, contribuindo para uma maior abrangência interventiva no âmbito da Psicologia da Saúde.

---

6. A clínica psicológica sob a lógica neoliberal: tensões nas práticas profissionais

Lucas Pimentel (1), Cidália Duarte (1) & Mary Yoko Okamoto (2)

(1) Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto, Portugal
(2) Universidade Estadual Paulista (UNESP)

up201509470@up.pt

Introdução: A clínica psicológica sofreu alterações estruturais sob a lógica neoliberal. Como discutiu Safatle (2022), o neoliberalismo enquanto uma episteme, engenharia social e psicologia moral, administra deliberadamente o sofrimento psíquico em determinada dose visando o aumento da produtividade, o que incide no modo gestão de si, na governabilidade e na estruturação psíquica. À vista deste contexto, questionou-se quatro dimensões da experiência clínica dos profissionais – desafios, dilemas éticos, qualidade, implicações – visando identificar as repercussões desta lógica na prática clínica. A título de resultados preliminares, foram entrevistados 10 profissionais de psicologia clínica do âmbito público e privado, de modo a extrair subsídios para pensar acerca desta questão. Método: Análise Temática Reflexiva (ATR - Braun & Clarke); entrevista semiestruturada. Resultados: A partir de 10 entrevistas, foram inferidos 4 eixos de tensão. Respetivamente, normatividade institucional x singularidade da prática; performance x ética; liberdade x solidão profissional; autonomia x responsividade ao paciente. Discussão: Face ao contexto hegemônico pautado na lógica neoliberal que prima por resultados, inferiu-se na clínica psicológica pública e privada diferentes modos de tensões, o que incide em (re)arranjos na racionalidade institucional e clínica como condição de sustentação da prática.

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 11

Moderadora: Catarina Matos, UBI

1. Intimidade com chatbots: personalidade, pertença e antropomorfismo em jovens portugueses

Joana Montenegro Romeu (1) & Filipa Pimenta (1,2)

(1) ISPA – Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida, Portugal
(2) William James Center for Research, Portugal

joanaromeu.psicologia@gmail.com

Introdução: A evolução dos chatbots oferece respostas personalizadas, valorizadas por adultos emergentes que privilegiam o contacto virtual. Este estudo explorou como traços de personalidade, necessidade de pertença e antropomorfismo predizem a perceção de intimidade com chatbots em jovens adultos. Método: 480 participantes (18-29 anos; Midade=23,18; DP=3,3; 68,3%mulheres) responderam ao Inventário de Personalidade (Abertura, Extroversão, Agradabilidade), Need to Belong Scale, Human-Robot Interaction Evaluation Scale e Functional Analytic Psychotherapy Intimacy Scale. Resultados: Sexo masculino (β=-0,08;p=0,020), maior frequência de uso (β=0,177;p<0,001), necessidade de pertença (β=0,135;p=0,003), sociabilidade (β=0,306;p<0,001) e vivacidade (β=0,242;p<0,001) predisseram maior honestidade e genuinidade com o chatbot. Maior frequência de uso (β=0,114;p=0,004), abertura (β=0,107;p=0,011), necessidade de pertença (β=0,092;p=0,041), sociabilidade (β=0,247;p<0,001), estranheza (β=0,098;p=0,007) e vivacidade (β=0,385;p<0,001) predisseram maior expressão de sentimentos positivos. Sexo masculino (β=-0,167;p=0,001) predisse menos pensamentos e sentimentos escondidos. Conclusão: Variáveis individuais e situacionais influenciam a perceção de intimidade, aproximando as relações humanas às interações humano-chatbot. Os resultados e a emergência da inteligência artificial reforçam a necessidade de investigação futura, dado o impacto nas interações, proteção de dados, entre outros.

---

2. AI companions and lonely College Students: Results from a systematic review

Daniel Marrinhas, Sofia Rocha Silva & Anabela Pereira

Universidade de Évora, Portugal

daniel.marrinhas@uevora.pt

Introduction. Loneliness has been emerging as a global public health concern, with young adults being among the most affected. Higher education students (HES) are particularly vulnerable, as some may struggle to adapt to a new context. Help seeking in this context remains constrained due to stigma, limited knowledge about mental health resources, and struggles in self-disclosure. In this context, digital interventions, such as using Artificial Intelligence (A.I.) tools, could be a relevant coping strategy. Our main goal was to assess the impact of using A.I. powered technologies to cope with loneliness in higher education students. Method. This systematic review followed the PRISMA guidelines. Search was conducted in Web of Science, Scopus and PubMed databases. Were selected empirical studies comprising HES aged 18+ years and the use of A.I. tools and their impact on loneliness. Risk of bias was assessed using JBI Critical Appraisal Tools. Results were synthesized through narrative synthesis and tables. Results. Seven studies were selected comprising a total of 575 students. All studies presented adequate methodological quality. Although intervention tools, duration, and assessment conditions varied significantly, most studies found significant reductions in loneliness scores using A.I. based chatbots

or journalling apps. Discussion. Methodological diversity hinders generalization of results. Ethical and practical implications for HES mental health promotion are discussed.

---

3. Comportamentos online e adições às novas tecnologias

Inês Rodrigues (1), Graça Esgalhado (1,2) & Sandra Ferreira (1,3)

(1) Universidade da Beira Interior
(2) RISE-Health, Faculdade de Ciências da Saúde, UBI, Covilhã, Portugal
(3) Departamento de Matemática e Centro de Matemática e Aplicações, Universidade da Beira Interior

ines.f.rodrigues@ubi.pt

Introdução: O surgimento das novas tecnologias digitais de informação tem permitido aos seus utilizadores um maior acesso à internet, a comunicação à distância e o aprofundamento do conhecimento através de pesquisas online. A par destes benefícios, apresentam-se desvantagens como a adição à internet, a dependência do smartphone, a nomofobia e aumento do distress psicológico. Assim, revela-se importante compreender o uso das novas tecnologias e adições associadas. Método: Após a aceitação do parecer de Comissão de Ética, efetuou-se a recolha dos dados online. 305 indivíduos, dos 18 aos 85 anos (M= 30.82; DP= 14.44) responderam ao questionário sociodemográfico, às Escalas de Adição à Internet (IAT), de Adição ao Smartphone – versão reduzida (SAS-SV), de Distress Psicológico de Kessler de 10 itens (K10) e ao Questionário de Nomofobia (NMP-Q-PT). Resultados: Verificou-se presença de adição à internet e distress psicológico elevados e ausência de dependência do smartphone e de nomofobia. Os mais novos, o género feminino e quem tinha como formação o ensino obrigatório obtiveram pontuações mais elevadas em todas as variáveis quando comparados com os outros grupos. Discussão: Os resultados obtidos enfatizam a importância da implementação de medidas preventivas e de intervenção precoce nas escolas e com os pais, para a diminuição da implicação negativa das novas tecnologias nos seus utilizadores.

---

4. Comprometimento Cognitivo em Estudantes Universitários: O Papel Moderador do uso Problemático do Smartphone

Mariana Pacheco, Joana Arantes & Maria da Graça Pereira

Escola de Psicologia, Universidade do Minho, Portugal

pg55350@uminho.pt

O funcionamento cognitivo em contexto quotidiano tem sido abordado a partir de modelos que enfatizam a limitação dos recursos atencionais e a influência de fatores emocionais e comportamentais no comprometimento cognitivo. O presente estudo teve como objetivo analisar o contributo de diferentes dimensões psicológicas no funcionamento cognitivo, incluindo o papel moderador do smartphone na relação entre o sono e o controlo atencional. Participaram 249 estudantes universitários, avaliados

através do Cognitive Failures Questionnaire (variável dependente), uso problemático do smartphone (Smartphone Addiction Inventory), o controlo atencional (Attention Control Scale), a sintomatologia de depressão, ansiedade e stress (Depression, Anxiety and Stress Scales), a solidão percebida (UCLA Loneliness Scale) e a qualidade do sono (Pittsburgh Sleep Quality Index), utilizando as versões validadas para a população portuguesa. Os resultados indicaram que níveis mais elevados de uso problemático do smartphone, maior sintomatologia ansiosa e pior qualidade do sono contribuíram para maiores falhas cognitivas, com a ansiedade e o sono a apresentarem a maior contribuição. O uso problemático do smartphone moderou a relação entre o sono e o controlo atencional. Estes resultados reforçam a importância de uma abordagem integrada ao nível de avaliação e intervenção, ao nível da ansiedade, sono e do uso do smartphone. Estudos longitudinais são importantes para avaliar os resultados longo do tempo.

---

5. Entre recurso facilitador e fator de vulnerabilidade: uma análise exploratória das perceções de jovens adultos sobre o uso do digital

Jéssica Sousa (1), Ana Isabel Cunha (1,2) & Kaltrina Kelmendi (3)

(1) Departamento de Psicologia e Educação, Universidade da Beira Interior, Portugal
(2) RISE-Health, Universidade da Beira Interior, Portugal
(3) Departamento de Psicologia da Universidade de Pristina

jessica.sousa@ubi.pt

As tecnologias digitais estão cada vez mais integradas no quotidiano, assumindo um papel central na forma como os jovens adultos comunicam, acedem à informação e experienciam o seu dia a dia. O presente estudo teve como objetivo explorar as perceções de jovens adultos sobre a influência do digital e das redes sociais nas diferentes esferas da sua vida. Partindo de uma abordagem qualitativa, os dados foram recolhidos a partir de cinco entrevistas, com estudantes entre os 21 e os 25 anos. Uma análise temática exploratória permitiu identificar padrões recorrentes nos relatos dos participantes, nomeadamente a perceção do digital como um recurso central no quotidiano, valorizando o seu papel facilitador no contexto académico e na manutenção de relações interpessoais, particularmente à distância. Simultaneamente, emergem perceções de dependência e uso excessivo, bem como impactos negativos na atenção, produtividade e qualidade das interações presenciais. Os resultados evidenciam uma perceção ambivalente do digital, simultaneamente como recurso facilitador e potencial fator de vulnerabilidade, salientando a importância de promover literacia digital e estratégias de uso equilibrado entre jovens adultos, assim como, a necessidade de aprofundar a compreensão das dimensões facilitadoras e problemáticas associadas ao seu uso.

---

6. A Relação entre a Dependência do Smartphone, Distress Psicológico e Solidão na Era Digital

Juliana Gomes (1) & Graça Esgalhado (1,2)

(1) Universidade da Beira Interior
(2) RISE-Health, Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade da Beira Interior, Portugal

julianagomes1904@gmail.com

Introdução: A generalização do uso de smartphones traz benefícios a diferentes domínios da vida do indivíduo. Contudo, o uso excessivo e descontrolado está associado a solidão e maior distress. Este estudo tem como objetivos: (1) analisar a dependência do smartphone, distress psicológico e solidão em função de variáveis sociodemográficas e dos padrões de utilização do smartphone; (2) explorar a relação entre as variáveis; e (3) avaliar o poder preditivo da dependência do smartphone. Método: Participaram 300 indivíduos, 74.3% mulheres e 25.3 homens (Midade=29.82). Utilizaram-se dois Questionários: Sociodemográfico e sobre a utilização do smartphone, a escala do Smartphone Addiction Scale – Short Version, o Kessler Psychological Distress Scale (K-10) e a Escala da Solidão (ULS-6). Resultados: A amostra apresenta níveis elevados de distress psicológico, e os indivíduos que utilizam o smartphone por mais horas diárias pontuam mais elevado na dependência do smartphone. Observam-se relações significativas e positivas entre dependência do smartphone, distress e solidão. Discussão: Os resultados enfatizam a importância das relações interpessoais para a saúde mental, e o investimento na adoção de medidas que favoreçam a redução das implicações negativas da utilização excessiva dos dispositivos móveis.

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 12

Moderadora: Camila Dias, UBI

1. Relação entre qualidade do sono e burnout nos estudantes de medicina

Clara Azevedo (1) & Paulo Vitória (2,3)

(1) Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal
(2) Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal
(3) RISE-Health, Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal

a45891@fcsaude.ubi.pt

Introdução: A literatura indica elevada prevalência de burnout e má qualidade do sono nos estudantes de medicina, com impacto na saúde e desempenho académico. Pretende-se avaliar a relação bidirecional entre a qualidade do sono e burnout nos estudantes de medicina das escolas médicas portuguesas e explorar o efeito moderador do ano curricular e do acompanhamento psicológico. Método: Estudo observacional transversal com 360 estudantes de oito escolas médicas. Aplicou-se um questionário online (dezembro-2024 a abril-2025), incluindo a Escala de Burnout de Maslach para Estudantes e o Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh (VP). Utilizou-se a regressão logística. Resultados: Na amostra ($\bar{x}$ idade=21,6±2,5; 76,1% sexo feminino), observaram-se altos níveis de exaustão emocional (53,1%), descrença (52,2%), baixa eficácia académica (54,2%) e má qualidade do sono (60,3%). A exaustão (OR=0,842) e a eficácia (OR=1,111) predizem a

qualidade do sono. A qualidade do sono é preditora da exaustão (OR=0,083), da descrença (OR=0,137) e da eficácia (OR=0,235). O acompanhamento psicológico moderou significativamente a relação entre a exaustão e a qualidade do sono (OR=0,946). Discussão: Constatou-se alta vulnerabilidade ao burnout e problemas de sono nesta população e uma relação bidirecional entre estas variáveis. O efeito protetor do acompanhamento psicológico reforça a necessidade de promover esta medida. Sugerem-se medidas focadas na higiene do sono e desestigmatização da procura de ajuda.

---

2. Compreender o quiet quitting no trabalho: Estudos de validação no contexto português

Sandra Matos (1) & Miguel Trigo (1,2,3)

(1) ISPA – Instituto Universitário, Portugal
(2) Applied Psychology Research Center Capabilities & Inclusion (APPsyCI), Portugal
(3) Unidade Local de Saúde de São José, Portugal

sandracfpmatos@gmail.com

O quiet quitting tem ganho relevância enquanto expressão de distanciamento psicológico no trabalho, associado a stress, burnout e menor envolvimento. Em Portugal, a investigação é escassa e não existem instrumentos validados. Este estudo traduziu, adaptou culturalmente e estudou as propriedades psicométricas da Quiet Quitting Scale (QQS) e da Health-Oriented Leadership Scale (HoLS) em trabalhadores portugueses. Participaram 611 trabalhadores (63,7% mulheres), recrutados por conveniência, que responderam online às escalas e à Perceived Stress Scale. A QQS apresentou fidedignidade adequada (α≈0,70), embora "Desapego" e "Falta de Iniciativa" tenham revelado consistência interna mais baixa. A análise fatorial confirmatória mostrou excelente ajustamento para a QQS e bom ajustamento para "Self Care" da HoLS, enquanto "Staff Care" evidenciou ajustamento aceitável. As correlações revelaram associações positivas entre subescalas da QQS e negativas entre quiet quitting, liderança orientada para a saúde e stress percebido, sustentando a validade convergente e divergente. Os resultados apoiam a versão portuguesa da QQS como instrumento válido, salientando a necessidade de refinar subescalas menos consistentes e replicar o estudo em amostras diversificadas. A QQS e a HoLS podem informar intervenções em Psicologia Clínica e da Saúde e em contextos organizacionais, clarificando processos de disengagement laboral.

---

3. Preditores de performance no trabalho: Worklife Balance, Meaning e Saúde

Filipa Pimenta (1,2), Maria C. Ferreira (1), Ana Rita Nunes (1,2) & Ivone Patrão (1,3)

(1) ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal
(2) WJCR – William James Center for Research, Lisboa, Portugal
(3) APPsyCI – Applied Psychology Research Center Capabilities & Inclusion, Lisboa, Portugal

filipa_pimenta@ispa.pt

Introdução: A literatura afirma que as dimensões do desempenho (e.g., produtividade) dos colaboradores é crucial para o sucesso institucional. A par da saúde e do bem-estar, o Equilíbrio vida-trabalho (EVT) é um fator significativo do desempenho. A evidência sobre a tese do trabalhador feliz-produtivo permanece pouco clara, possivelmente devido à negligência de componentes do bem-estar como o significado. Assim, este estudo explorou se EVT, significado relacionado com trabalho e a saúde percebida predizem a desempenho. Método: Uma amostra não probabilística de 966 adultos portugueses profissionalmente ativos (M=40,70; DP=10,53) responderam a um formulário online, constituído pela Escala EVT, Escala PERMA-Profiler, Escala Health & Work e Questionário sociodemográfico e do trabalho. A análise dos dados foi realizada através de modelos de equações estruturais para analisar as relações entre estas variáveis, via software SPSS Amos (v. 31). Resultados: O modelo desenvolvido demonstrou um bom ajustamento ($\chi 2/df$=4,42; CFI=0,93; TLI=0,92; NFI=0,90; RMSEA=0,06). O EVT (β = 0,06, p=0,03) o significado (β = 0,59, p<0,001) e a saúde (β = 0,13, p<0,001) demonstraram ser preditores de melhor produtividade percebida. Discussão: Este estudo salienta a importância de fatores psicológicos num melhor desempenho laboral, podendo comportar um ganho para os colaboradores e instituições. Assim, é fulcral desenvolver e consolidar uma cultura organizacional que promova o EVT e os cuidados com a saúde.

---

4. Stress Ocupacional e Satisfação com a Vida em Profissionais do Contexto Prisional

Cátia Oliveira (1), Vítor Costa (1, 2) & Samuel Monteiro (1, 3)

(1) Universidade da Beira Interior, Portugal
(2) CICPSI, Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa, Portugal
(3) NECE - Research Center in Business Sciences

c.sofia.oliveira@ubi.pt

Introdução: O trabalho em contexto prisional envolve elevadas exigências e riscos psicossociais, com impactos no bem-estar dos profissionais. Este estudo analisou as associações entre stress ocupacional e satisfação com a vida, e o papel moderador do conflito trabalho-família (CTF) na associação entre estas variáveis. Método: Estudo quantitativo, transversal e correlacional, com 142 profissionais do sistema prisional português (M = 47.6; DP = 9.9). O stress ocupacional foi avaliado pela escala Job Stress (Cullen et al., 1985) (α =.915), o CTF pela escala de Netemeyer et al. (1996) (α =.944) e a satisfação com a vida pela SWLS (Diener et al., 1985) (α =.882). Foram realizadas correlações de Pearson e análise de moderação através do PROCESS no SPSS. Resultados: Foram observadas associações positivas entre stress ocupacional e CTF (r =.66, p <.01), e associações negativas entre stress ocupacional e satisfação com a vida (r = -.38, p <.01) e entre CTF e satisfação com a vida (r = -.20, p <.05). A análise de moderação não revelou efeito estatisticamente significativo (b = -.05, p =.21). Discussão: Os resultados revelam associações significativas entre as variáveis em estudo, evidenciando que níveis mais elevados de stress ocupacional estão associados a maior conflito trabalho-família e a menor satisfação com a vida nos profissionais do sistema prisional. Contudo, não se verificou evidência de efeito moderador do CTF na relação entre o stress ocupacional e a satisfação com a vida. Sugere-se que estudos futuros adotem

desenhos longitudinais que permitam analisar efeitos temporais na relação entre as variáveis estudadas.

---

5. Autoestima e sintomas depressivos em jovens adultos segundo género e situação profissional

Daniela Silva Moita Mota, Inês Raquel Ferreira Duarte, Maria João Ramalheira Cruz do Nascimento Neves, Pollyana Beatriz Hoelzle & Henrique Pereira

Universidade da Beira Interior, Departamento de Psicologia e Educação, Covilhã, Portugal

maria.joao.neves@ubi.pt

A literatura em saúde mental destaca a autoestima como fator protetor face à sintomatologia depressiva em jovens adultos, sendo pertinente analisar o papel do género e da situação profissional nesta fase de transição para a vida adulta. Este estudo teve como objetivo avaliar os níveis de autoestima e de sintomas depressivos em jovens adultos, em função do género e da situação profissional. Trata-se de um estudo quantitativo com 624 participantes entre os 18 e os 30 anos, sendo que cerca de 33% são empregados, 6% desempregados, 61% de estudantes; 70% de mulheres e 30% de homens. Os dados foram recolhidos num formulário online e analisados estatisticamente com recurso ao software IBM SPSS. Foram aplicadas a Escala de Autoestima de Rosenberg e a subescala de Depressão do BSI-18. Os resultados indicaram níveis moderadamente baixos de autoestima e moderadamente elevados de sintomas depressivos e foi observada uma correlação negativa forte entre autoestima e depressão. Por género, os homens apresentaram maior autoestima e as mulheres níveis mais elevados de sintomatologia depressiva. Quanto à situação profissional, não foram verificadas diferenças estatisticamente significativas na autoestima e nos sintomas depressivos. Observou-se que a autoestima é um preditor negativo forte. Em suma, enquanto fator protetor, torna prioritária a promoção da autoestima na prevenção da saúde mental em jovens adultos, reforçando-a como foco na Psicologia Clínica e da Saúde.

---

6. Uma visão psicológica dos impactos dos sistemas autónomos e inteligentes no bem-estar e na saúde ocupacional: Revisão sistemática de métodos mistos

José Teles & Samuel Monteiro

Universidade da Beira Interior, Portugal

jppt@ubi.pt

A comunicação apresenta uma mixed methods systematic review sobre relações entre a aceitação ou utilização de sistemas autónomos e inteligentes no trabalho e a saúde e bem-estar ocupacionais. A revisão foi realizada em dois períodos distintos: 2018–2022, antes da expansão massiva da inteligência artificial generativa e dos grandes modelos de linguagem, e 2023–2025, já marcado pela aceleração da produção científica nesta área.

Foram pesquisadas as bases PubMed, Scopus e Web of Science. Incluíram-se estudos quantitativos, qualitativos e mistos, publicados em inglês e indexados nas áreas e categorias de Psicologia da Scopus. A qualidade metodológica e o risco de viés foram avaliados com a Mixed Methods Appraisal Tool e os dados integrados através de uma abordagem convergente e síntese temática. Foram incluídos 62 estudos. No primeiro período, nove estudos permitiram desenvolver três temas centrais: fatores ligados ao bem-estar influenciam a aceitação destes sistemas; a sua utilização pode gerar impactos positivos e negativos na saúde ocupacional; e a humanização/desumanização afeta as interações trabalhador-sistema. No segundo período, 53 estudos adicionais aprofundaram e complexificaram estes padrões. Os resultados mostram efeitos ambivalentes, contingentes e dependentes de fatores individuais, tecnológicos e organizacionais. O estudo reforça a necessidade de prevenir riscos psicossociais e de promover tecnologias seguras e sensíveis à experiência psicológica dos trabalhadores.

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 13

Moderadora: Ana Santos, UBI

1. Conflito Trabalho-Família e Ajustamento Psicológico Infantil: O Papel da Saúde Mental Parental

Vitória Dias, Sara Albuquerque, Ana Beato & Stephanie Alves

Universidade Lusófona - HEI-Lab: Laboratórios Digitais de Ambientes e Interacções Humanas, Portugal

p8883@ulusofona.pt

Introdução: A associação entre o Conflito Trabalho-Família (CTF) e o ajustamento psicológico de crianças encontra-se bem documentada na literatura. Contudo, pouco se sabe sobre os mecanismos que podem explicar esta associação, limitando a intervenção nesta área. Este estudo analisou o papel mediador da saúde mental parental na associação entre o CTF e as dificuldades emocionais e comportamentais na criança, e de que forma a idade da criança moderava essa potencial mediação. Método: Estudo transversal quantitativo. Participaram 313 pais de crianças entre os 18 e os 72 meses residentes em Portugal. Os pais preencheram questionários online sobre o CTF (WFCS), o stress parental (PSS), os sintomas depressivos (HADS), a autoeficácia parental (MaaPs) e as dificuldades emocionais e comportamentais das crianças (PPSC/PSC-17). Resultados: Observou-se que níveis mais elevados de CTF associaram-se a maiores dificuldades emocionais e comportamentais nas crianças percebidas pelos pais ($p<.05$). Níveis mais elevados de stress parental e sintomas depressivos mediaram significativamente essa associação, enquanto a autoeficácia parental não apresentou um efeito mediador significativo. Os efeitos indiretos observaram-se independentemente da idade da criança. Discussão: Estes resultados sublinham a importância da saúde mental parental como alvo-chave de prevenção e intervenção em Psicologia Clínica e da Saúde para mitigar o impacto do CTF no ajustamento infantil em famílias com crianças pequenas

---

2. Parentalidade à distância: Comunicação parental, stress parental e reflexos na ansiedade, depressão e stress

Ernestina Manuel, Ana Cunha & Marta Alves

Departamento de Psicologia e Educação, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal

ecandele2010@hotmail.com

Introdução: A parentalidade à distância envolve desafios específicos ao nível da comunicação parental e do stress, com impactos na saúde mental. O presente estudo teve como objetivo analisar as associações entre as dimensões da comunicação parental, o stress parental e os indicadores de ansiedade, depressão e stress, bem como avaliar o seu poder preditivo e testar um modelo explicativo. A amostra foi constituída por 316 pais/mães residentes em Angola e Portugal, com idades entre os 25 e os 64 anos (M = 45,29; DP = 7,55), dos quais 61,4% eram 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 amostragem por conveniência. Foram utilizados um questionário sociodemográfico, a ESP, a COMPA e a EADS-21. Resultados: As dimensões do COMPA se correlacionaram positivamente entre si e negativamente com ansiedade, depressão e stress, enquanto as preocupações parentais se associaram negativamente ao COMPA e positivamente à sintomatologia psicológica. O modelo de regressão com o COMPA foi significativo, explicando 10,3% da variância da ansiedade, sem melhoria significativa com a inclusão das variáveis da ESP. As análises de mediação revelaram efeitos diretos negativos da comunicação parental nos desfechos psicológicos. Discussão: A comunicação parental funciona como um fator protetor direto da saúde mental, não sendo os efeitos explicados pelas preocupações parentais ou medo.

---

3. Coping diádico e ajustamento da criança: O papel da desregulação emocional parental

Stephanie Alves (1), Patrícia Silva (2), Vitória Dias (1) & Margarida Faria (1)

(1) Universidade Lusófona - HEI-Lab: Laboratórios Digitais de Ambientes e Interacções Humanas, Portugal
(2) Universidade Lusófona - Centro Universitário de Lisboa, Portugal

patriciaasilva258@gmail.com

Introdução: O coping diádico (CD) - a forma como os casais lidam com o stress em conjunto - tem sido associado a melhor ajustamento parental. A sua relação com o ajustamento infantil e os mecanismos subjacentes têm sido menos explorados. Este estudo avaliou o papel mediador das dificuldades de controlo emocional parental na associação entre o CD e as dificuldades emocionais e comportamentais da criança, e se variava em função da idade da criança. Método: Participaram 251 pais de crianças entre os 1.5 e os 6 anos, que preencheram questionários para avaliar o CD (DCI), satisfação conjugal (CSI-4), dificuldades de controlo emocional parental (PERS) e dificuldades emocionais e comportamentais da criança (PPSC/PSC- 17). Resultados: Níveis mais elevados de CD

associaram-se a menores dificuldades de controlo emocional parental que, por sua vez, se associaram a menos dificuldades emocionais e comportamentais percebidas na criança. O efeito indireto foi significativo, controlando o efeito da satisfação conjugal ($p<.05$). A idade da criança moderou marginalmente a associação entre CD e dificuldades de controlo emocional parental ($p=.073$), sugerindo um efeito mais forte em pais de crianças mais velhas. Discussão: Os resultados sugerem que um maior envolvimento em estratégias conjuntas para lidar com o stress no casal está indiretamente associado a melhor ajustamento psicológico infantil através de menores níveis de desregulação emocional parental. A promoção do CD poderá ser um alvo relevante a considerar em abordagens promotoras da saúde mental parental e infantil.

---

4. Longitudinal trajectories of parental mental health and child outcomes following pediatric burns

Martim Santos (1,2), Susana Faria (3), Maria Garcia (4) & M. Graça Pereira (1)

(1) Centro de Investigação em Psicologia (CIPsi), Escola de Psicologia, Universidade do Minho, Portugal
(2) Departamento de Psicologia e Educação, Universidade da Beira Interior, Portugal
(3) Centro de Matemática (CMAT), Departamento de Matemática, Universidade do Minho, Portugal
(4) Serviço de Cirurgia Pediátrica, Unidade Local de Saúde São João, Portugal

martimsantos@email.com

Pediatric burn injuries are a major global public health concern and represent the fifth most common cause of nonfatal childhood trauma. This longitudinal study aimed to examine trajectories of parental mental health and child outcomes following an unintentional burn injury requiring hospitalization, across four assessment moments: (T0) inpatient phase; (T1) one-month postdischarge; (T2) three months postdischarge; and (T3) six months postdischarge. The sample comprised 100 parents (87 mothers) and their children (65 boys) with a mean age of 2.30 years (SD = 1.62). Parents were assessed for family functioning (FAD-GF), anxiety (HADS-A), depression (HADS-D), traumatic stress (IES-R) and coping (CHIP), while child outcomes included validated measures of health-related quality of life (TAPQoL) and burn scar quality (VSS). Linear mixed models were conducted, controlling for parental education and child preexisting medical conditions. Significant changes were observed across all variables over time. Overall, parental mental health and child outcomes improved, whereas family functioning worsened post-discharge. Findings align with burn-specific frameworks and models of family adaptation, highlighting the need for routine parental psychosocial screening and early family-centered interventions. Further longitudinal and intervention studies are needed to identify mechanisms of change and inform the development of targeted interventions to support family adjustment and child recovery.

---

5. Intergenerational impact of maternal adversity: prenatal PTSD and infant temperament six months

Daniela Tavares, Daniela Fidalgo, Matilde Sousa, Francisca Alves, Ana Morais, Inês Jongenelen, Diogo Lamela, Stephanie Alves, Raquel Costa & Tiago Miguel Pinto

Lusófona University, HEI-Lab: Digital Human-Environment Interaction Labs, Portugal

daniela.tavares@ulusofona.pt

Introduction: Maternal exposure to cumulative adverse lifetime events (ALEs) is associated with poorer offspring developmental outcomes, although underlying mechanisms remain unclear. This study examined prenatal PTSD symptoms as a mediator of the association between maternal ALEs and infant temperament at six months postpartum. Methods: A sample of 154 pregnant women reported on ALEs and completed the PTSD Checklist (PCL) to assess total PTSD symptoms and subscales: hyperarousal, re-experiencing, negative cognitions/affect, and avoidance. At six months postpartum, infant temperament was assessed with the Infant Behavior Questionnaire (IBQ), capturing negative affectivity, regulation, and surgency/extraversion. Mediation models tested indirect effects via total PTSD symptoms and subscales. Results: Prenatal PTSD total symptoms and negative cognitions/affect mediated the association between ALEs and infant negative affectivity and regulation. More ALEs were associated with higher prenatal PTSD symptoms severity, which were associated with increased infant negative affectivity and decreased infant regulation at six months of age. Discussion: Findings suggest that prenatal PTSD symptoms, particularly negative cognitions and affect, may represent a modifiable mechanism through which maternal lifetime adversity influences infant emotional and regulatory functioning.

---

6. Bem-Estar Sexual e Qualidade de Vida na Lesão Vertebro-Medular: Uma Perspetiva Biopsicossocial

Diana Pinto Coelho (1) & Ana Quinta Gomes (1, 2)

(1) Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, Portugal
(2) Centro de Psicologia da Universidade do Porto, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, Portugal

up201201568@up.pt

A lesão vertebro-medular (LVM) é uma condição neurológica que pode provocar alterações físicas, psicológicas, relacionais e sociais, com impacto significativo na qualidade de vida. Apesar de a sexualidade constituir uma dimensão central do bem-estar e um direito humano fundamental, continua frequentemente negligenciada nos processos de reabilitação. A evidência sugere que a satisfação sexual em pessoas com LVM tende a ser mais influenciada por fatores psicológicos, relacionais e sociais do que por variáveis biomédicas. Assim, este estudo pretende avaliar as perceções das pessoas com LVM relativamente à sua sexualidade, analisar a influência dos fatores biológicos, médicos, psicológicos, relacionais e sociais no funcionamento e na satisfação sexuais e explorar o papel destas variáveis na qualidade de vida. Adotar-se-á um desenho metodológico misto (revisão scoping, estudo qualitativo e estudo quantitativo), visando uma compreensão biopsicossocial do bem-estar sexual em pessoas com LVM. A recolha e a análise de dados

encontram-se em curso. Prevê-se que os fatores psicossociais e relacionais apresentem maior peso na predição da satisfação sexual e da qualidade de vida, comparativamente aos fatores biomédicos. Estes resultados poderão contribuir para o desenvolvimento de intervenções clínicas e programas de promoção da saúde sexual mais inclusivos e adaptados às necessidades desta população.

---

7. Coparentalidade e emoções da criança: Associações com o ajustamento parental e infantil

Vitória Dias (1), Ana Catarina da Silva (2), Catarina Canelas (2), Margarida Faria (1) & Stephanie Alves (1)

(1) Universidade Lusófona - HEI-Lab: Laboratórios Digitais de Ambientes e Interacções Humanas, Portugal
(2) Universidade Lusófona - Centro Universitário de Lisboa, Portugal

p8883@ulusofona.pt

Introdução: Uma relação coparental cooperante e práticas parentais que apoiam a expressão e regulação emocional das crianças têm sido associadas a melhor ajustamento psicológico parental e infantil. Contudo, permanece pouco explorada a forma como os pais, em conjunto, lidam com as emoções dos filhos e o seu papel na saúde mental familiar. Este estudo analisou a associação entre a coparentalidade face às emoções da criança e o ajustamento psicológico de pais e crianças. Método: Neste estudo transversal participaram 286 pais de crianças entre os 1.5 e os 6 anos, que preencheram questionários para avaliar a coparentalidade face às emoções da criança (CCES; apoiante/não apoiante), a coparentalidade geral (CRS; cooperação/conflito), stress (PSS) e autoeficácia (MaaP) parental, sintomas depressivos (HADS), e dificuldades socioemocionais das crianças (PPSC/PSC-17). Resultados: Níveis mais elevados de coparentalidade apoiante face às emoções da criança associaram-se a menor stress parental e menos sintomas depressivos, menos dificuldades percebidas na criança, e a maior autoeficácia parental ($p<.05$). Estas associações observaram-se controlando o efeito da coparentalidade geral e idade da criança. Discussão: Os resultados sublinham a relevância do apoio mútuo entre os pais na gestão das emoções da criança, evidenciando o seu contributo para a saúde mental familiar. Intervenções focadas na promoção de uma coparentalidade apoiante no domínio emocional deverão ser consideradas.

SESSÃO DE COMUNICAÇÕES LIVRES 14

Moderadora: Mariana Silva, UBI

1. Adaptação e Validação Psicométrica de uma Escala de Atitudes face à Gestação de Substituição em Portugal

António Oliveira (1,2,3) & Henrique Pereira (1,2)

(1) Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior, Pólo IV, 6200-209 Covilhã, Portugal

(2) Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano (CIDESD), 5001-801 Vila Real, Portugal
(3) Fundação para a Ciência e a Tecnologia, 1249-074 Lisboa, Portugal

antonio.oliveira@ubi.pt

Introdução: A gestação por substituição constitui um tema de relevância bioética e psicossocial. Este estudo teve como objetivo adaptar e validar para Portugal a Attitudes Toward Surrogacy Scale (ATSS), analisando as suas propriedades psicométricas e preditores das atitudes. Método: Estudo quantitativo, transversal, com 443 adultos residentes em Portugal. A adaptação incluiu tradução/retrotradução e revisão por especialistas. Realizaram-se análises fatoriais exploratória e confirmatória, estimativas de consistência interna (alfa e ômega), análises de validade e regressão linear múltipla. Resultados: Identificou-se uma estrutura trifatorial consistente com o modelo original, confirmada por bons índices de ajustamento. A ATSS-PT apresentou excelente consistência interna e evidências de validade. Participantes LGBTQIA+ revelaram atitudes mais favoráveis, e a ideologia política emergiu como principal preditor, com efeito modesto. Discussão: A ATSS-PT demonstrou ser válida e fiável para avaliar atitudes face à gestação por substituição em Portugal, contribuindo para investigação e prática em Psicologia Clínica e da Saúde, especialmente no estudo da diversidade familiar e das implicações psicossociais da reprodução assistida.

---

2. Atitudes face à IA: Revisão de um instrumento e proposta de validação

Marília Gurgel de Castro (1), Ana Paula Relvas (1,2) & Luciana Sotero (1,2)

(1) Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra (FPCEUC), Portugal
(2) Centro de Estudos Sociais da Universidade de Coimbra (CES), Portugal

uc2015156372@student.uc.pt

A crescente integração da inteligência artificial (IA) no quotidiano torna fundamental compreender como as pessoas a percecionam e avaliam. As atitudes face à IA têm sido associadas a fatores como confiança, aceitação e bem-estar, constituindo um foco relevante de investigação. Todavia, a sua avaliação levanta desafios, nomeadamente na definição do construto e na robustez dos instrumentos disponíveis. Esta comunicação apresenta uma revisão dos instrumentos utilizados para avaliar atitudes face à IA, emergindo a General Attitudes towards Artificial Intelligence Scale (GAAIS) como um dos mais usados. Os estudos sugerem que a GAAIS apresenta adequada consistência interna; contudo, observa-se variabilidade na estrutura fatorial reportada, sugerindo que o construto pode não ser estável entre contextos culturais e reforçando a necessidade de estudos adicionais. Com base nesta revisão, é proposta a adaptação e validação da GAAIS para a população portuguesa, incluindo procedimentos de tradução e adaptação cultural e um desenho metodológico centrado na análise das suas propriedades psicométricas. Espera-se que a versão portuguesa apresente uma estrutura fatorial consistente com estudos prévios, adequada consistência interna e evidência de validade convergente. Em conjunto, os resultados preliminares reforçam a necessidade de instrumentos

conceptualmente claros e psicometricamente robustos, contribuindo para uma avaliação rigorosa das atitudes face à IA no contexto português.

---

3. Coping Strategies Questionnaire in Primary Dysmenorrhea: psychometric properties

Matilde Patrone (1), Marta Uva (2), Marta G. Porto (3) & Filipa Pimenta (2)

(1) ISPA – Instituto Universitário, Lisbon, Portugal
(2) William James Center for Research, ISPA – Instituto Universitário, Lisbon, Portugal
(3) Universidade Europeia, Lisbon, Portugal

matildempatrone@gmail.com

A Dismenorreia Primária (DP) é a queixa ginecológica mais reportada entre as mulheres. Uma boa avaliação da DP exige uma abordagem biopsicossocial estruturada e sustentada. Apesar da relevância das estratégias de coping cognitivas e comportamentais na experiência da DP, não existe até ao momento nenhum instrumento específico que avalia estas estratégias utilizadas pelas mulheres. Este estudo visou analisar psicometricamente o Coping Strategies Questionnaire in Primary Dysmenorrhea (CoPDy-Q), baseado no Common Sense Model. Métodos: Participaram 655 jovens adultas dos 18 aos 25 anos, que reportam dor menstrual. Dividiu-se aleatoriamente a amostra em 2 grupos com ~50% das mulheres e realizou-se uma Análise Fatorial Exploratória (n=347) seguida de uma Análise Fatorial Confirmatória (n=308). Aferiu-se a fiabilidade interna através do Alpha de Cronbach e do Ômega McDonald's. Resultados: A versão final do CoPDy-Q ficou composta por 19 itens distribuídos por 5 fatores. Apresentou uma estrutura multidimensional estável, com bons índices de ajustamento (GFI =.96; CFI =.93; TLI =.92; SRMR =.09; RMSEA =.09) e boa fiabilidade interna (α =.78; ω =.80). Discussão: O CoPDy-Q revelou ser uma medida válida e robusta para aferir as estratégias de coping na DP, contribuindo para avaliar a gestão biopsicossocial desta condição e ajudar na prática clínica centrada nas necessidades de cada mulher.

---

4. Adapting the Symptom Checklist (SCL-90) for Portugal: Beyond Translation Towards Construct Equivalence

Miguel Trigo (1,2,3), Sandra Brito (1,2), David Neto (1,3), Afonso Paixão (2), Isabel Ganhão, (2), Olga Tomás (2), Joana Pereira (2), Elsa Gaspar (2) & Rosa Novo (4)

(1) ISPA – Instituto Universitário, Portugal
(2) ULS São José, Portugal
(3) Applied Psychology Research Center Capabilities & Inclusion (APPsyCI), Portugal
(4) Universidade de Lisboa, Faculdade de Psicologia, Portugal

mtrigo@ispa.pt

Introduction: The 90-Item Symptom Checklist (SCL-90) is widely used to screen for psychopathology, assess psychological complaints, integrate assessment batteries,

monitor interventions, and in research. In Portugal, its use among the adult population requires linguistic and cultural adaptation, which is the objective of this study. Method: Following the guidelines of the International Test Commission, the translation of the original American version was performed by two bilingual Portuguese translators and harmonized by three experts, comparing it with the original and the Spanish version. The linguistic-cultural review included three focus groups (N = 23), whose participants were selected by convenience: clinical psychology seniors (n = 7), mental health professionals (n = 7), and end-users from the target population (n = 10). The groups analyzed the wording, comprehensibility, and face validity of the items. The back-translation was performed by a bilingual American translator. Results: Strong consistency was observed among the focus groups, and the SCL-90 translation was well accepted linguistically and culturally. Difficulties were identified in some items due to linguistic nuances, and adjustments were made to ensure clarity and semantic equivalence. The back-translation showed high correspondence with the original. Discussion: The European Portuguese version of the SCL-90 demonstrates linguistic and cultural appropriateness. Psychometric validation studies are currently underway, involving samples representative of the general population and participants with psychopathological complaints.

---

5. Variáveis Psicológicas na Avaliação Psicológica nas Forças de Segurança: Revisão Sistemática da Literatura

Liliana Pilha & Samuel Monteiro

Universidade da Beira Interior, Portugal

liliana.pilha.carola@ubi.pt

As forças de segurança caracterizam-se por elevadas exigências ocupacionais: risco físico, imprevisibilidade operacional, sobrecarga emocional e pressão organizacional, associados a maior vulnerabilidade ao desenvolvimento de perturbação psicológica (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. 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 a metodologia 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 população, fenómeno de interesse e contexto. A comunicação visa apresentar os procedimentos metodológicos da RSL, com 111 estudos identificados, 42 cumpriram os critérios de elegibilidade. Apresentar-se-ão os resultados preliminares e exploratórios, categorizados por tipologia, país, amostra e instrumento, evidenciando associações, caracterizar-se-ão variáveis e instrumentos de medida com potencial de uso em Psicologia Clínica e da Saúde.

---

6. Green Eating Behaviours: Psychometric properties in a representative sample of Portuguese adults

Marta Uva (1,2), Inês Queiroz-Garcia (1,2), Mafalda Leitão (3), Rui Miguel Costa (3) & Filipa Pimenta (1,2)

(1) ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal
(2) WJCR – William James Center for Research Ispa – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal
(3) Health Sciences Faculty, Universidade Europeia, Lisboa, Portugal

muva@ispa.pt

Background: The consequences of climate change are already being experienced. Food systems can optimize both public health and environmental sustainability. It is crucial to promote the adoption of dietary patterns that nourish the world's increasing population and place equal emphasis on environmental and human health. This study aimed to explore the psychometric properties of the Green Eating Behaviours Scale (GEBS) in a sample of Portuguese adults. Methods: This cross-sectional study included a representative sample of 3,132 Portuguese adults aged between 18-65 years (M= 42.4; SD= 11.52), who completed a sociodemographic questionnaire, a health, lifestyle and diet questionnaire and the GEBS with 3 dimensions (State of Change-1 item, Green Eating Behaviour-6 items, Decisional Balance-10 items, 5 pros and 5 cons of GEB). Findings: A confirmatory factor analysis was performed. The model exhibited a good fit (SRMR= 0.056; GFI= 0.989; CFI= 0.982; TLI= 0.978; RMSEA= 0.074, p<.001; 90% CI=].071,.076[). Additionally, the scale presented a good internal consistency across its three dimensions ($\alpha \geq .80$). Discussion: The GEBS (scaled used in the CLIMACTION project) is a robust instrument that can be used to assess green eating behaviours among Portuguese adults, including their perception of the pros and cons of adopting such behaviours, thereby making a significant contribution to the sustainability field, specifically, regarding the assessment of sustainable eating behaviours.

CAPÍTULO 2 – POSTER

1. Preditores de bem-estar nos profissionais de intervenção em emergência de Portugal: O papel mediador do equilíbrio trabalho-vida pessoal

Constança do Carmo Garcia
HCV, Portugal

ccarmogarcia@gmail.com

O bem-estar e o equilíbrio trabalho-vida pessoal dos profissionais de emergência têm recebido uma atenção crescente devido à natureza desafiadora da profissão, especialmente desde a pandemia de COVID-19. Contudo, a investigação sobre esta população em Portugal é limitada. O presente estudo teve como objetivo descrever os níveis de bem-estar desses profissionais e identificar os seus principais preditores, como também explorar o papel mediador do equilíbrio na relação entre os anos de trabalho, excesso de horas, trabalho por turnos, satisfação global, comportamentos de procura de ajuda e estratégias de autoajuda e o bem-estar. Participaram 197 profissionais portugueses, com idades entre 19 e 67 (M=42,69, DP=12,976), que responderam a questionários sobre bem-estar, satisfação no trabalho, literacia em saúde mental e equilíbrio trabalho-vida pessoal. Mostrou-se que algumas características e o ambiente de trabalho influenciam positivamente o bem-estar, como também a percepção de satisfação com o trabalho. A análise de mediação revelou que o equilíbrio medeia a relação entre o excesso de horas trabalhadas e o bem-estar destes profissionais, reforçando o impacto do ambiente de trabalho e do apoio psicológico na saúde mental. Os resultados destacam a necessidade de implementação de estratégias consistentes para promover o equilíbrio e a qualidade de vida desses profissionais, contribuindo para um suporte mais eficaz e políticas organizacionais adaptadas às suas necessidades.

2. Sense of Belonging in Immigrant Students: A PRISMA review

Sara Marques & Marlene da Rocha Miguéis

Universidade de Aveiro, Portugal

saramarques@ua.pt

Growing linguistic and cultural diversity in schools has intensified the need to understand immigrant students' sense of belonging, given its relevance to well-being, engagement, and academic success. This study aims to identify the relational factors influencing immigrant students' sense of belonging and to examine how teacher–student and peer relationships contribute to experiences of belonging and inclusion. A PRISMA 2020-guided systematic literature review was conducted using the ERIC and Scopus databases.

Peer-reviewed open-access studies published between 2020 and 2025 were considered, resulting in eight empirical studies included in the final synthesis. Findings show that belonging is influenced by relational and institutional factors, particularly teacher support, empathy, inclusive pedagogical practices, positive peer relationships, and culturally responsive school climates. Inclusive environments that value cultural and linguistic diversity enhance participation, trust, and emotional safety. The review concludes that belonging should be understood as a relational and collective process, highlighting the importance of pedagogical and institutional practices that promote inclusion, equity, and intercultural relationships within school communities.

---

3. Prevenção do HPV em Homens Trans: Vulnerabilidades e Respostas em Saúde

Ana Margarida Carriço de Seixas (1), Ana Quinta Gomes (2) & Liliana Rodrigues (2)

(1) Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, Portugal
(2) Centro de Psicologia da Universidade do Porto, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, Portugal

up202400692@up.pt

O vírus do papiloma humano (HPV) é uma das infeções sexualmente transmissíveis mais prevalentes a nível mundial, estando associado à maioria dos casos de cancro do colo do útero. Apesar das estratégias de prevenção estabelecidas para populações cisgénero, os homens trans permanecem negligenciados nos cuidados de saúde relacionados com o HPV. Este trabalho consiste numa revisão crítica da literatura científica, com o objetivo de analisar as vulnerabilidades dos homens trans face à infeção por HPV e identificar estratégias de prevenção. Foram analisados estudos empíricos e revisões internacionais sobre prevalência, acesso ao rastreio e barreiras estruturais, sociais e clínicas. A prevalência de HPV em homens trans varia entre 16% e 38,4%, sendo a adesão ao rastreio inferior à das mulheres cisgénero. Tal associa-se a desconforto com exames ginecológicos, estigma, baixa perceção de risco e inadequação dos serviços. A ausência de protocolos específicos e modelos de cuidados binários reforça a exclusão. Destacam-se estratégias como a autocolheita para deteção do HPV, com elevada aceitabilidade, formação de profissionais em cuidados dirigidos às populações trans e criação de contextos clínicos inclusivos. Conclui-se que políticas inclusivas, educação e métodos de rastreio menos invasivos podem melhorar a prevenção e reduzir desigualdades em saúde.

---

4. Desafios na Saúde Sexual de Pessoas Trans com Lesão Vertebro-Medular

Diana Pinto Coelho (1), Ana Quinta Gomes (2) & Liliana Rodrigues (2)

(1) Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto, Portugal
(2) Centro de Psicologia da Universidade do Porto, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto, Portugal

up201201568@up.pt

A interseccionalidade entre diversidade de género e diversidade funcional coloca desafios específicos às pessoas trans com lesão vertebro-medular (LVM), particularmente no acesso aos cuidados de saúde e na vivência da sexualidade. Apesar dos avanços nos direitos LGBTQIAPN+, esta intersecção permanece amplamente invisibilizada no discurso clínico, nas práticas de reabilitação e na investigação, contribuindo para desigualdades no acesso a cuidados inclusivos. Este trabalho tem como objetivo refletir criticamente sobre os obstáculos enfrentados por pessoas trans com LVM em contextos de saúde, com enfoque na saúde sexual. A análise baseia-se numa revisão reflexiva de quatro artigos sobre experiências trans em contextos clínicos e de reabilitação. Os resultados evidenciam múltiplas barreiras, incluindo preconceito institucional, lacunas na formação dos profissionais e a persistência de abordagens biomédicas heteronormativas e cisnormativas. Estas barreiras associam-se a discriminação nos serviços, atrasos no diagnóstico, inadequação dos cuidados e dificuldades na abordagem da sexualidade, comprometendo o bem-estar e a qualidade de vida. Conclui-se que a integração de uma perspetiva interseccional nos cuidados de saúde é essencial. Torna-se necessário investir na formação profissional, desenvolver políticas inclusivas e promover investigação empírica, de modo a garantir equidade, dignidade e autonomia às pessoas trans com diversidade funcional.

---

5. Tutorias no ensino superior: contributos para as emoções e satisfação dos estudantes

Almeida Rocha, T., Queirós, F., Pereira, T., Loureiro, F., Brandão, T., Gouveia, M. J., Belo, *S., Martins, A. C., Neto, D. & Vargas Moniz, J. M.*

ISPA - Instituto Universitário, Portugal

terrocha@ispa.pt

Os programas de tutoria têm sido apontados como uma estratégia pedagógica promotora de integração académica, desenvolvimento socioemocional e melhoria do desempenho académico (e.g., Yale, 2019). Contudo, a evidência empírica sobre o seu impacto, particularmente ao nível das emoções e da satisfação académica dos estudantes, permanece, ainda, limitada. O presente estudo tem como objetivo analisar a relação das características do programa de tutoria com a satisfação académica e as emoções de estudantes do ensino superior. Participaram 95 estudantes de uma IES, avaliados após a aplicação do programa de tutoria, através da Escala de Satisfação no Domínio Académico (Lent et al., 2009) e da Escala de Emoções Académicas (Nolden et al., 2019). O estudo apresenta um delineamento correlacional de corte transversal. Foram calculados modelos de regressão linear múltipla e logística ordinal que demonstraram que a existências de objetivos claros e do interesse dos estudantes nas tutorias estão associados às emoções positivas e à satisfação dos estudantes para com a sua IES. Este estudo evidencia potenciais benefícios do programa de tutorias enquanto processo de orientação estruturado, claro e integrativo na comunidade académica para a satisfação e emoções positivas para com a IES. Envolver os estudantes no delineamento do projeto de tutorias,

tendo em consideração os seus interesses e necessidades, pode ser um importante promotor de saúde mental no ensino superior.

---

6. Programa de Intervenção Precoce nas Alterações da Memória (PIPAM)

Imke Buekenhout & Tatiana Sousa

Unidade de Saúde das Irmãs Hospitaleiras na Guarda | Casa de Saúde Bento Menni, Portugal

imke.buekenhout@irmashospitaleiras.pt

Introdução: O envelhecimento populacional é um desafio de saúde pública, associado ao aumento do declínio cognitivo e da demência. A ausência de respostas de proximidade nas fases iniciais pode acelerar a perda de autonomia e a institucionalização precoce. Intervenções com estimulação cognitiva e atividade física têm demonstrado benefícios cognitivos e na qualidade de vida. Apresenta-se o Programa de Intervenção Precoce nas Alterações da Memória (PIPAM), desenvolvido com o Município da Guarda (Programa Guarda +65) e o Hei-Lab da Universidade Lusófona de Lisboa, para atenuar a progressão do declínio cognitivo e melhorar a qualidade de vida. Método: Estudo longitudinal com avaliação pré e pós-intervenção (desempenho cognitivo e qualidade de vida) em participantes dos 60 aos 95 anos, residentes na comunidade (meio urbano/rural). A intervenção inclui estimulação cognitiva (COGWEB e Bateria Sistémica de Lisboa), realizada na Casa de Saúde Bento Menni e em freguesias do concelho da Guarda, e atividade física (hidroginástica e treino de força). Resultados: Espera-se a manutenção ou melhoria do desempenho cognitivo e da qualidade de vida nas comparações pré/pós-intervenção, bem como a identificação de diferenças entre participantes de meio urbano/rural. Discussão: Perante o envelhecimento populacional, programas comunitários como o PIPAM podem contribuir para a preservação do funcionamento cognitivo e da qualidade de vida da população idosa, prevenindo a institucionalização precoce.

---

7. Saúde Mental e Bem-Estar em Estudantes de 1. ºano da UBI

Ana Carlos Santos (1), Sandra C. Guimarães (1,2), Cláudia Silva (1,2) & Mariana Pinto (1)

(1) Departamento de Psicologia e Educação, UBI.
(2) Centro de Investigação em Psicologia e Educação, UE

ana.carlos.santos@ubi.pt

A transição para o ensino superior constitui uma fase de elevada exigência adaptativa, frequentemente associada a maior vulnerabilidade emocional. Torna-se, assim, relevante compreender de que modo a sintomatologia psicológica se relaciona com o bem-estar dos estudantes no início da sua integração académica. Este estudo analisou a relação entre ansiedade, depressão, stress e bem-estar psicológico em estudantes do 1.º ano da

Universidade da Beira Interior, explorando igualmente diferenças em função do género e o papel preditivo da sintomatologia psicológica no bem-estar. Participaram 284 estudantes, maioritariamente do sexo feminino (72,2%), com idades entre os 18 e os 45 anos. A recolha de dados foi realizada online, através de um questionário sociodemográfico, da EADS 21 e da EMMBP. Os resultados indicaram níveis globais baixos de ansiedade, depressão e stress e níveis moderados de bem-estar psicológico. Verificaram-se diferenças de género, observando-se valores superiores de ansiedade e stress no sexo feminino. As correlações evidenciaram associações negativas significativas entre sintomatologia psicológica e bem-estar. A regressão múltipla revelou que apenas a depressão prediz de forma significativa e negativa o bem-estar psicológico. Estes resultados reforçam a necessidade de intervenções precoces no contexto universitário, centradas na prevenção da sintomatologia depressiva e na promoção de competências que favoreçam a adaptação e o bem-estar dos estudantes.

---

8. A Regulação Emocional em Adultos com Deficiência Intelectual: Revisão Sistemática da Literatura

Marlene Noronha & Ludovina Ramos

Universidade da Beira Interior

marlene.noronha@ubi.pt

A regulação emocional (RE) é central no funcionamento psicológico e na saúde mental. Em adultos com deficiência intelectual (DI), a evidência é ainda limitada. Esta revisão sistemática analisou o papel da RE nesta população, explorando a sua relação com sintomas emocionais. A pesquisa foi realizada nas bases Web of Science, Scopus e PubMed (2020–2025), seguindo as recomendações PRISMA. Foram identificados 165 estudos, tendo 5 sido incluídos após triagem. Os estudos apresentam metodologias quantitativas, qualitativas e mistas. A qualidade foi avaliada com o JBI Critical Appraisal Checklist. A RE revelou um papel mediador entre a DI e a sintomatologia emocional, com predominância de estratégias desadaptativas. Observou-se maior vulnerabilidade em indivíduos do género feminino e com maior severidade de DI. Variáveis como a intolerância à incerteza e défices metacognitivos mostraram-se relevantes. Os resultados reforçam a importância da RE como alvo de intervenção em adultos com DI. Esta revisão contribui para uma área ainda pouco explorada, com implicações para a prática em Psicologia Clínica e da Saúde.

---

9. Determinantes familiares da intenção de participar em programas parentais focados nas emoções

Margarida Faria & Stephanie Alves

Universidade Lusófona - HEI-Lab: Laboratórios Digitais de Ambientes e Interacções Humanas, Portugal

p8736@ulusofona.pt

Introdução: A participação dos pais em programas focados nas emoções é essencial para promover práticas de socialização emocional que apoiam o desenvolvimento socioemocional das crianças. No entanto, a adesão permanece um desafio. Este estudo procurou identificar as características dos pais e das crianças associadas a uma maior intenção de participar nestes programas. Método: Participaram 406 pais (85% mulheres) de crianças entre 1.5 e 6 anos, que responderam a questionários online sobre características sociodemográficas, intenção de participar (nada/pouco vs. muito provável), sintomas depressivos (HADS), práticas de socialização emocional (PESQ), stress (PSS) e autorregulação (PERS) parental, e dificuldades socioemocionais das crianças (PPSC/PSC-17). Resultados: A intenção de participar foi maior entre mulheres, pais com menor nível socioeconómico, agregados familiares mais reduzidos, níveis mais elevados de sintomas depressivos, maior utilização de coaching emocional e maiores dificuldades percebidas na criança. A intenção de participar de forma remediativa foi maior entre mulheres, pais de etnia branca, com maior escolaridade, com um filho do sexo masculino, que recorrem menos a estratégias de desvalorização emocional e que percecionam mais dificuldades na criança (todas as associações $p < .05$). Discussão: Os resultados sublinham a importância de implementar estratégias que apoiem a adesão de pais que, embora com intenção de participar, possam enfrentar mais barreiras.

---

10. Bateria de Avaliação Neuropsicológica Infantil Computorizada (BENCI): Tradução e adaptação transcultural em Portugal

Gabrielle Ultramar (1), Tiago Paiva (1,2), Catarina Botelho (1,2), Maiara Praça (3) & Andreia Geraldo (1,2)

(1) Faculdade de Psicologia e Educação, Universidade Lusófona, Porto, Portugal
(2) HEI-Lab: Digital Human-Environment Interaction Lab, Universidade Lusófona, Porto, Portugal
(3) Neuroclínica, Paredes, Portugal

gabrielle.ultramar@gmail.com

A utilização de tecnologias digitais na neuropsicologia tem promovido procedimentos de avaliação padronizados, com maior precisão temporal e validade ecológica, facilitando uma análise detalhada do funcionamento cognitivo. Paralelamente, o aumento da diversidade cultural em Portugal, particularmente da comunidade brasileira, reforça a necessidade de instrumentos ajustados às especificidades linguísticas e culturais da população. O presente estudo teve como objetivo a tradução e adaptação transcultural da BENCI para o Português Europeu e Português do Brasil. A tradução seguiu as diretrizes da International Test Commission, incluindo traduções independentes por neuropsicólogos nativos, reunião de consenso e retroversão por profissional independente. A BENCI é uma bateria digital gratuita e flexível, com 17 subtestes que avaliam diferentes domínios cognitivos. Níveis de concordância elevada entre tradutores (percentagem de itens traduzidos de igual forma) foram encontrados tanto na versão Portuguesa Europeia (96%) como Brasileira (91%). A retroversão revelou elevados níveis de concordância entre a versão traduzida e a versão original (99%). Foram realizados estudos-piloto com crianças portuguesas e brasileiras (8–11 anos), integradas no ensino formal português, para avaliar a sua usabilidade e aplicabilidade. Este projeto promove

uma prática neuropsicológica ética, inclusiva e equitativa, facilitando a avaliação cognitiva infantil em contextos linguístico-culturais diversos.

---

11. Estudo das propriedades psicométricas da Photo Manipulation Scale em Adolescentes Portugueses

Sara da Costa Pedrosa (1), Ana Rita Nunes (1,2), Ivone Patrão (1,3), Marta Uva (1,2), Patrícia Sobral (1) & Filipa Pimenta (1,2)

(1) ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal
(2) WJCR – William James Center for Research, Lisboa, Portugal
(3) APPsyCI – Applied Psychology Research Center Capabilities & Inclusion, Lisboa, Portugal

sarapedrosa2003@gmail.com

Introdução: O comportamento de manipulação fotográfica (CMF) consiste na alteração digital de características físicas em imagens pessoais. Com o crescente uso de redes sociais, compreender a sua relação com preocupações relativas à aparência e saúde mental torna-se cada vez mais relevante. O presente estudo avalia as propriedades psicométricas da Escala de Manipulação de Fotografia e Comportamento Fotográfico de McLean et al. (2015) numa amostra de adolescentes portugueses. Método: Participaram 709 adolescentes portugueses (54,6% sexo feminino; M=13,56; DP=1,28) recrutados por amostragem não probabilística, que responderam online à escala de McLean et al. (2015) e a um questionário sociodemográfico. Após o modelo original não apresentar bom ajustamento, realizaram-se Análises Fatoriais Exploratória e Confirmatória em duas subamostras independentes. Resultados: O modelo apresentou 2 fatores: Manipulação de Imagens de Si Mesmo (MISM) e Investimento e Partilha de Fotografias (IPF), com bom ajustamento (χ^2/df = 3,90; RMSEA = 0,06; SRMR = 0,07; GFI = 0,99; TLI = 0,98). A consistência interna foi boa para MISM (α = 0,88) e aceitável para IPF (α = 0,77). A validade convergente foi boa para MISM (AVE = 0,69), embora IPF tenha apresentado um valor de AVE abaixo do limiar recomendado (0,40). Discussão: A escala apresenta boas qualidades psicométricas, sendo útil para investigar a relação entre CMF, autoimagem e bem-estar psicológico de adolescentes no contexto de redes sociais.

---

12. Transformações Psíquicas e Clínicas no Trabalho Psicodinâmico com Refugiados: Resultados Preliminares

Ana Isabel Pereira (1), José de Abreu Afonso (1), Catarina Lopes Praça (2) & Mariana Vaz Martins (2)

(1) ISPA, AppsyCI, Portugal
(2) ISPA, Portugal

anaipereira@ispa.pt

Os fluxos migratórios forçados colocam desafios à prática psicoterapêutica, ao implicarem ruturas nos processos de simbolização e reorganização identitária, bem como obstáculos linguísticos, culturais e sociopolíticos na relação terapêutica. Neste quadro, a clínica psicodinâmica é convocada a interrogar criticamente os seus dispositivos e referenciais técnicos. Este trabalho insere-se num estudo qualitativo que investiga as transformações psíquicas e clínicas no trabalho com refugiados, articulando duas dimensões: (1) reconfigurações identitárias e processos de elaboração psíquica; e (2) transformações da técnica e da posição clínica. A investigação recorre ao método das Entrevistas Narrativas de Associação Livre, realizadas a jovens estrangeiros não acompanhados, psicoterapeutas e mediadores culturais clínicos em dispositivos clínicos transculturais. Os dados preliminares evidenciam que os processos de rutura psíquica se intensificam nos contextos de acolhimento, dificultando os processos de inscrição afiliativa e de integração de diferentes sistemas de representação simbólica. Na clínica são sublinhados os desafios às dinâmicas transferenciais e contratransferenciais, agora triádicas, que atualizam violências implícitas expressas no estabelecimento de relações de poder na relação terapêutica. Para além destes desafios, os dados sugerem a participação de mediadores culturais favorece o processo interpretativo e a reconstrução de sentido, apontando ampliações à técnica.

---

13. Presa na perda. Estudo de um luto complicado

Miguel Trigo (1,2,3), Alexandre Almeida (1) & Julieta Laginha (1)

(1) ISPA – Instituto Universitário, Portugal
(2) ULS São José, Portugal
(3) Applied Psychology Research Center Capabilities & Inclusion (APPsyCI), Portugal

mtrigo@ispa.pt

Introdução: O luto é uma resposta natural à perda, mas pode evoluir para Perturbação de Luto Prolongado (PLP). O Modelo de Processo Dual (MPD) propõe que o ajustamento saudável exige uma oscilação entre a orientação para a perda e a restauração, enquanto o Modelo de Esquemas (ME) explica como mecanismos de coping podem contribuir para perpetuar o sofrimento. O objetivo é analisar como a rigidez no coping e fatores de risco podem cronificar o sofrimento emocional. Método: À luz do MPD, ME e da literatura, estuda-se o caso de uma mulher (55 anos) em seguimento psicoterapêutico, devido ao luto arrastado (mais de um ano) pela morte inesperada do cônjuge. Resultados: Identificou-se uma constelação de fatores psicológicos de complicação: culpa, relação conjugal ambivalente, marcada por inseguranças ligadas à perda de intimidade, baixo suporte social, perceção de negligência médica e ausência do relatório da autópsia. Globalmente, há um equilíbrio emocional deficitário e dificuldade em mentalizar a perda, com predomínio das vivências de luto, ruminação e referência ao cônjuge no presente, as quais coexistem com sobreinvestimento laboral e esquemas mal-adaptativos. Discussão: A dificuldade em alternar entre o confronto com a perda e a adaptação ao quotidiano, aliada a fatores de risco, dificultam a elaboração do luto. Como estratégias para reduzir o risco de PLP, destaca-se a importância de intervenções focadas na flexibilização do coping, simbolização da perda e reestruturação da culpa.

---

14. Atividades de Lazer e Bem-Estar Psicológico em Adultos Portugueses

Ana Filipa Alves (1) & Rute F. Meneses (1,2)

(1) Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Universidade Fernando Pessoa, Portugal
(2) RISE-Health, Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Universidade Fernando Pessoa, Fundação Ensino e Cultura Fernando Pessoa, Portugal

2023106702@ufp.edu.pt

Introdução: O lazer tende a estar associado ao bem-estar, promovendo emoções positivas, relações sociais e competências variadas. Assim, este estudo teve como objetivo analisar a relação entre a frequência e a satisfação com atividades o lazer e o bem-estar psicológico. Método: Estudo quantitativo e correlacional com 149 adultos portugueses (65,1% mulheres; idade: M=32,51 anos, DP=1,446). Utilização de um questionário de bem-estar psicológico e um questionário sociodemográfico e de avaliação da frequência e satisfação com atividades de lazer. Resultados: Verificaram-se correlações positivas estatisticamente significativas entre bem-estar e a frequência de atividades de lazer (r=0.410, p=0.006) e a satisfação nas atividades de lazer (r= 0.257, p= 0.008). Não se verificou associação entre frequência e satisfação nas atividades de lazer (r= 0.005, p=0.972). Discussão e Conclusão: A frequência e a satisfação com as atividades de lazer associam-se ao bem-estar psicológico de forma independente, destacando a importância de considerar ambos na promoção da saúde mental.

---

15. Cibercondria: papel preditivo na ruminação, suscetibilidade à doença mental e gravidade percebida

Matilde Borlido (1), Filipa Pancada Fonseca (1,2), João Marôco (3,4) & Filipa Pimenta (1,2)

(1) ISPA, Portugal
(2) William James Center of Research, Portugal
(3) Intepid Lab, ECEO, Universidade Lusófona, Lisboa, Portugal
(4) CETRAD - UTAD, Vila Real, Portugal

matildeborlido.123@gmail.com

Introdução: A cibercondria caracteriza-se por um comportamento repetitivo e compulsivo de procura de informação online sobre a própria saúde, associado a níveis elevados de ansiedade e atenção aumentada à informação. Este estudo teve como objetivo caracterizar a cibercondria em jovens adultos e analisar seu papel preditivo na ruminação, na suscetibilidade percebida à doença mental e na sua gravidade percebida. Método: Um estudo quantitativo, transversal, com uma amostra de 455 jovens adultos (18-30 anos), respondeu a um questionário sociodemográfico, à Cyberchondria Severity Scale, ao Ruminative Response Questionnaire e ao Questionário de Crenças de Saúde - Modelo de Crenças de Saúde. Foi testado um modelo de equações estruturais. Resultados: A

cibercondria revelou-se um preditor significativo da ruminação, nomeadamente as dimensões compulsão (β=-0.249, p=0.005), sofrimento (β=0.589, p<0.001) e reconfirmação (β=-0.217, p=0.004). Verificou-se ainda que a cibercondria predisse a suscetibilidade à doença mental, em particular a compulsão (β= 0.183, p= 0.038) e o sofrimento (β=0.401, p<0.001). A idade e a presença de um diagnóstico de saúde mental também foram preditores de ruminação (β=-0.124, p=0.006 e β=0.336, p<0.001, respetivamente). Discussão: Os resultados sugerem que a cibercondria prediz processos cognitivos desadaptativos, reforçando a relevância da investigação nesta área ainda e desenvolvimento de estratégias de intervenção.

---

16. Estudo de Caso: Violências e Adaptação das Criadoras de Conteúdo em Portugal

Beatriz Pontes dos Santos Mello, Sabrina Brezolin Pedroso & Maria Jorge Santos Almeida Rama Ferro

Universidade de Coimbra, Portugal

biapsmello@gmail.com

O avanço tecnológico tem produzido mudanças significativas no mercado laboral, incluindo no trabalho sexual que é compreendido como troca de recursos a partir da performance de comportamentos com significado erótico para o cliente. Assim, a indústria do sexo é reconfigurada por plataformas digitais; que podem ampliar a autonomia e os rendimentos, mas também impor novos desafios como exposição não consentida e dependência das diretrizes de utilizador. Este estudo de caso objetiva explorar as experiências de uma criadora de conteúdo em Portugal, com foco nas vivências de estigmatização e violências, bem como nas estratégias de enfrentamento adotadas. Logo, é qualitativo e selecionado por conveniência, apesar da tentativa de ampliação amostral. P1 é uma mulher cis brasileira de 24 anos, residente em Portugal há mais de cinco anos com trajetória em outras ocupações e produção de conteúdo erótico. A recolha de dados foi realizada por entrevista semiestruturada e, a partir da análise temática de Braun & Clarke (2006), identificaram-se padrões de significado. Os resultados, embora não generalizáveis, indicam benefícios percebidos em contraste com o medo de capping, assédio e julgamento. Alinhados à bibliografia, refletem as exigências de adaptação que devem ser propostas por profissionais de saúde preparados. Conclui-se que a psicologia deve contribuir por meio de intervenções sensíveis para o bem-estar desta comunidade emergente, ainda não orientadas no acompanhamento psicológico.

---

17. Coparentalidade e Dificuldades de Envolvimento Emocional Mãe-bebé no pós-parto

Joana Saraiva (1), Tiago Miguel Pinto (2), Inês Jongenelen (2), Diogo Lamela (2), Daniela Tavares (2), Matilde Sousa (2), Francisca Teixeira (2), Daniela Fidalgo (2), Ana Morais (2), Raquel Costa (2) & Stephanie Alves (2)

(1) Universidade Lusófona - Centro Universitário de Lisboa, Portugal

(2) Universidade Lusófona - HEI-Lab: Laboratórios Digitais de Ambientes e Interacções Humanas, Portugal

joanasaraiva200@gmail.com

A qualidade da relação coparental tem implicações no bem-estar parental e desenvolvimento infantil. A literatura evidencia escassez de estudos longitudinais que integrem em simultâneo a coparentalidade, saúde mental materna e as dificuldades de envolvimento emocional mãe-bebé no primeiro ano após o parto. Este estudo analisou a associação entre a coparentalidade 2 meses pós-parto e as dificuldades de envolvimento emocional mãe-bebé 6 meses pós-parto, ajustando para os sintomas de ansiedade e depressão no pós-parto. A amostra incluiu 191 mães recrutadas em hospitais públicos do Porto e Lisboa, que preencheram a Escala de Relação Coparental (cooperação e conflito coparental), o Inventário de Ansiedade-Estado e a Escala de Depressão Pós-parto de Edimburgo 2 meses pós-parto e o Questionário de Ligação ao Bebé Após o Nascimento 6 meses pós-parto. Maiores níveis de cooperação coparental não se associaram a menos dificuldades de envolvimento emocional mãe-bebé. Maiores níveis de conflito coparental associaram-se a mais dificuldades de envolvimento emocional mãe-bebé (r=.22); maiores níveis de sintomas de depressão pós-parto associaram-se a mais dificuldades de envolvimento emocional mãe-bebé (r=.35). A avaliação da relação coparental no pós-parto é crucial para identificar mães mais vulneráveis para apresentar dificuldades de envolvimento emocional com o bebé. Mães com uma relação coparental conflituosa podem beneficiar de estratégias preventivas a implementar nos cuidados de saúde primários.

---

18. Propriedades Psicométricas da Irrational Procrastination Scale em Adultos Portugueses

Tomás Franco (1) & Filipa Pimenta (1,2)

(1) ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal
(2) William James Center for Research (WJCR), Lisboa, Portugal

psic.tomasfranco@gmail.com

Introdução: A procrastinação tem sido conceptualizada como uma dificuldade de autorregulação associada ao evitamento de estados emocionais negativos. A sua avaliação requer instrumentos psicometricamente válidos e fiáveis, tal como culturalmente adaptados. A Irrational Procrastination Scale (IPS) (Svartdal & Steel, 2017) é um instrumento amplamente utilizado para avaliar a procrastinação. Neste sentido, o presente estudo visou analisar as propriedades psicométricas da IPS. Método: Participaram 400 adultos, com idades compreendidas entre os 18 e os 30 anos, que preencheram a versão portuguesa da escala. A adaptação seguiu procedimentos de traduções independentes e retrotradução. Foi realizada uma análise fatorial confirmatória para testar a estrutura unidimensional do instrumento, bem como análises de consistência interna e evidência de validade convergente. Resultados: Os resultados evidenciaram um bom ajustamento do modelo ($\chi^2/df=3.21$, $p<.001$; CFI=.971; TLI=.961; RMSEA=.074; SRMR=.031). Os pesos fatoriais variaram entre .582 e .838. A escala apresentou elevada consistência interna ($\alpha=.915$) e adequada evidência de validade convergente (AVE=.568). Discussão:

A versão portuguesa da IPS revelou boas propriedades psicométricas, constituindo um instrumento válido e fiável para avaliar a procrastinação em adultos, com utilidade em investigação e prática clínica na Psicologia da Saúde.

---

19. Educação Ambiental e Aprendizagem Baseada em Projetos: Revisão Sistemática da Literatura

Rafael Silva (1), Sandra Carina Guimarães (1,2) & Ludovina Ramos (1,2)

(1) Departamento de Psicologia e Educação, UBI.
(2) Centro de Investigação em Psicologia e Educação, UE

rafael.abrantes.silva@ubi.pt

A promoção de competências que sustentem comportamentos pró-ambientais constitui hoje um desafio central para a Psicologia da Saúde, dado o impacto crescente das alterações ambientais no bem-estar individual e comunitário. A literacia ambiental (LA), construto que integra conhecimento, disposições, competências e ação, assume particular relevância neste domínio. A Aprendizagem Baseada em Projetos (ABPj) tem emergido como estratégia pedagógica promissora neste domínio, embora a evidência permaneça dispersa.
Esta revisão sistemática analisou a utilização da ABPj na educação ambiental no ensino superior na última década, seguindo as orientações PRISMA. Oito estudos cumpriram os critérios de inclusão e foram avaliados através da Mixed Methods Appraisal Tool. A síntese narrativa revelou que a ABPj está associada a melhorias consistentes no conhecimento e nas disposições ambientais, mas apresenta resultados variáveis nas competências e evidência limitada no comportamento, dimensão relevante para a Psicologia da Saúde. Estudos com maior fidelidade ao modelo de implementação reportaram ganhos mais abrangentes em todas as subdimensões da LA. A revisão reforça a ABPj como abordagem promissora para a promoção de capacidades psicossociais facilitadoras de comportamentos sustentáveis, salientando a necessidade de investigação mais robusta e longitudinal. Defende-se a integração criteriosa desta metodologia, alinhada com objetivos de promoção de saúde e bem-estar numa perspetiva ambiental.

---

20. Efeitos do consumo de bebidas energéticas na saúde mental

Catarina Oliveirinha (1) & Ema Patrícia Oliveira (1,2)

(1) Universidade da Beira Interior
(2) Centro de Investigação em Educação e Psicologia

ema@ubi.pt

O aumento do consumo de bebidas energéticas, sobretudo entre os mais jovens, levanta preocupações quanto às suas consequências para a saúde mental a longo prazo. Este trabalho consiste numa revisão sistemática da literatura, seguindo as diretrizes PRISMA, com o objetivo de analisar o impacto da ingestão destas bebidas na sintomatologia

psicopatológica e na saúde mental. A pesquisa foi realizada nas bases Scopus e Web of Science, incluindo artigos publicados entre 2015 e 2025, com participantes dos 10 aos 60 anos. Do processo de seleção resultaram 14 artigos, cumprindo os critérios de elegibilidade definidos.
As evidências associam o consumo frequente de bebidas energéticas a duração de sono reduzida, maior latência de início de sono, pior funcionamento diurno, níveis de stress mais elevados e conduta agressiva. Um consumo elevado é preditor de maior sintomatologia de ansiedade e depressão e a ingestão precoce na adolescência aumenta significativamente a probabilidade de consumo posterior de outras substâncias ilícitas, bem como de comportamentos de risco. O consumo regular emerge como um fator de risco multifatorial para a saúde mental, sobretudo em jovens, em grande parte mediado por perturbações do sono. Recomenda-se a triagem clínica de hábitos de consumo, a implementação de programas psicoeducativos e de intervenção precoce em contexto escolar, focados na higiene do sono e na regulação emocional, bem como o reforço da regulamentação e políticas de prevenção.

---

21. How university students describe emotional difficulties: Preliminary findings from conventional content analysis

Shivani Atul Mansuklal (1), Patrícia M. Pascoal (1,2,3) & Gerhard Andersson (1,4,5)

(1) Lusófona University, HEI-Lab: Digital Human-Environment Interaction Labs, Campo Grande 376, 1749-024 Lisbon, Portugal
(2) Clínica Universitária de Psiquiatria e Psicologia Médica, Faculdade de Medicina, Universidade de Lisboa, Lisbon, Portugal
(3) PSYLAB, Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB), Faculdade de Medicina, Universidade de Lisboa, Lisbon, Portugal
(4) Linköping University, Department of Behavioural Sciences and Learning, Department of Biomedical and Clinical Sciences, SE-581 83 Linköping, Sweden
(5) Department of Clinical Neuroscience, Karolinska Institute, 171 77 Stockholm

shi.a.cyberpsy@gmail.com

Students in higher education present high rates of emotional distress, including anxiety and depressive symptoms. While research focuses on prevalence and associated factors, few studies explore how students describe their emotional difficulties. This study aimed to explore descriptions of emotional difficulties in a sample of university students. The sample included 300 university students in Portugal, mostly undergraduates (n = 239; 79.67%), with a mean age of 23.07 years (SD = 6.84). Preliminary analysis was conducted on data collected in a larger online cross-sectional survey study disseminated via national student associations' social networks. Responses to an open-ended question from the survey about emotional problems were analysed using conventional content analysis with an inductive coding approach. 43% (n = 129) of participants self-reported emotional difficulties. Preliminary findings identified seven categories: (1) identification of emotional problems (self-reported and formal diagnosis), (2) emotional dysregulation, (3) emotional state or specific emotions, (4) interpersonal difficulties, (5) difficulties with identity and negative self-perception (e.g., low self-esteem), (6) anteceding factors (e.g., academic tasks), and (7) functional impairment in daily life or life dimensions. Our study provides insight into how university students describe their emotional difficulties,

highlighting mental health needs to inform psychological interventions for student populations.

---

22. Perceção da Qualidade de Vida em Indivíduos com Diabetes Mellitus Tipo 2

Joana Aires, Paula Carvalho, Jorge Gama & Cláudia Silva

Universidade da Beira Interior, Portugal

joana.aires@ubi.pt

Introdução: A diabetes mellitus tipo 2, caracterizada por hiperglicemia, é uma doença crónica de elevada prevalência que impõe múltiplos desafios e está associada a diversas consequências, incluindo a redução da qualidade de vida (QV), um conceito multidimensional e subjetivo. Este estudo teve como objetivos: (1) avaliar a perceção da QV; e (2) avaliar a relação entre a perceção da QV e características sociodemográficas (idade e sexo) e clínicas (tempo de diagnóstico, local de seguimento, comorbilidade com outro problema de saúde crónico e uso de insulina injetável). Método: Estudo empírico, quantitativo, transversal e não experimental, envolvendo 80 participantes que responderam a um questionário sociodemográfico e à versão portuguesa do ADDQoL18, instrumento que avalia a QV e a forma como esta é afetada pela doença. Resultados: Verificou-se um impacto negativo na QV geral, com maior repercussão na liberdade de comer e menor comprometimento na vida social e na reação da sociedade. A QV geral correlacionou-se negativamente com o tempo de diagnóstico e foi menor nos participantes seguidos no hospital e nos que utilizavam insulina. Discussão: Os resultados evidenciaram a necessidade de promover um suporte mais individualizado, orientando intervenções que possam ser benéficas para os doentes tendo em vista a melhoria da sua saúde física e psicológica.

---

23. Regulação Emocional Interpessoal na Transição para a Parentalidade: Protocolo de um Estudo Longitudinal Multimétodo

Francisca Moreira (1), Tiago Miguel Pinto (1), Rita Pasion (1), Raquel Costa (1), Cláudia Sousa (1,2), Diogo Lamela (1), Inês Jongenelen (1), Marieke Dewitte (3) & Inês Tavares (1)

(1) HEI-Lab, Faculty of Psychology and Education, Lusófona University, Porto, Portugal
(2) Insight, Piaget Research Center for Ecological Human Development, Piaget Institute, Portugal
(3) Department of Clinical and Psychological Science, Faculty of Psychology and Neuroscience, Maastricht University, The Netherlands

p8880@ulusofona.pt

Introdução: A transição para a parentalidade (TpP) associa-se a alterações no funcionamento relacional e sexual, mas os mecanismos diádicos subjacentes à adaptação

dos casais permanecem pouco compreendidos. A Regulação Emocional Interpessoal (REI), isto é, os processos pelos quais parceiros influenciam e modulam os estados emocionais um do outro, poderá constituir um mecanismo central de ajustamento durante a TpP. Método: O projeto Heart2Heart é um estudo longitudinal multimétodo, com recolha de dados em curso. Casais recrutados entre as 30–34 semanas de gravidez (N-alvo=123) participam numa tarefa laboratorial de discussão de conflito relacional e sexual para elicitar REI e preenchem medidas validadas de REI e de bem-estar relacional e sexual ao longo da TpP. As interações serão codificadas observacionalmente e complementadas por autorrelato. Resultados: Espera-se que indicadores de viabilidade (recrutamento, retenção, conclusão da tarefa e fiabilidade da codificação) sustentem a exequibilidade da avaliação multimétodo da REI. Prevê-se ainda que estratégias de REI mais responsivas durante o conflito se associem a maior satisfação relacional, menor conflito e menor distress sexual em ambos os parceiros. Discussão: Este estudo poderá clarificar o papel da co-regulação emocional na TpP e identificar alvos interpessoais modificáveis para intervenções focadas no casal, com potencial para promover o bem-estar e a qualidade de vida nesta transição.

---

24. Lazer em Função da Idade em Adultos Portugueses

Ana Filipa Alves (1) & Rute F. Meneses (1,2)

(1) Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Universidade Fernando Pessoa
(2) RISE-Health, Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Universidade Fernando Pessoa, Fundação Ensino e Cultura Fernando Pessoa

2023106702@ufp.edu.pt

Introdução: As atividades de lazer podem contribuir para a gestão do stress e bem-estar, sendo relevante analisar a sua relação com a idade. Este estudo teve como objetivo analisar a relação entre idade e lazer (frequência e satisfação) em adultos portugueses. Método: Estudo quantitativo e correlacional com 149 adultos portugueses (65,1% mulheres; idade: M = 32,51; DP = 11,45), que responderam a um questionário online sobre dados sociodemográficos e atividades de lazer. Resultados: Não se verificou relação significativa entre idade e satisfação com o lazer ($r = 0,075$, $p = 0,371$). Observou-se uma correlação negativa significativa entre idade e frequência total ($r = -0,073$, $p = 0,005$). Verificaram-se correlações negativas com atividades sociais e digitais, nomeadamente sair com amigos/família ($r = -0,235$, $p = 0,004$) e redes sociais ($r = -0,199$, $p = 0,016$). Por outro lado, observaram-se correlações positivas com jardinagem ($r = 0,423$, $p < 0,001$), reparações ($r = 0,402$, $p < 0,001$), meditação ($r = 0,179$, $p = 0,031$) e atividades religiosas ($r = 0,286$, $p < 0,001$). Discussão: Os resultados sugerem que a idade não está associada à satisfação com o lazer, mas a uma ligeira diminuição da sua frequência. Verifica-se ainda uma redução de atividades sociais e digitais e um aumento de atividades mais individuais, como jardinagem, reparações, meditação e atividades religiosas. Estes dados sugerem uma mudança no padrão de lazer ao longo da idade.

---

25. RETHINK – Parenting and Anger Management: Adaptação, Implementação e Avaliação da Eficácia em Pais de Adolescentes Portugueses

Ana Santos (1,2), Cláudia Silva (1,3,4) & Ludovina Ramos (1,3,4)

(1) Universidade da Beira Interior
(2) Fundação para a Ciência e Tecnologia (FCT)
(3) Centro de Investigação em Educação e Psicologia, Universidade de Évora (CIEP-UE)
(4) CIDESD - Research Center in Sports Sciences, Health Sciences and Human Development

ana.catarina.santos@ubi.pt

Introdução: A adolescência é marcada por maior variabilidade emocional e comportamentos desafiadores, com impacto na dinâmica familiar. A desregulação da raiva parental associa-se a práticas parentais disfuncionais e conflitos familiares. O programa RETHINK, de base cognitivo-comportamental, evidencia resultados promissores na redução da raiva parental. Este trabalho apresenta um plano de doutoramento em Psicologia Clínica e da Saúde, desenvolvido no âmbito de uma bolsa FCT. Método: O projeto integra cinco estudos: 1) revisão sistemática sobre intervenções na regulação emocional (RE) e raiva parental; 2) validação da Parent Anger Scale (PAS) para Portugal; 3) estudo transversal quantitativo; 4) estudo piloto do RETHINK; 5) avaliação da eficácia do programa. Instrumentos: Questionário de Regulação Comportamental (BERQ), Questionário de Regulação Cognitiva (CERQ), PAS e Escala Parental de Auto-Resposta (PSST). Resultados esperados: E1: síntese de evidências sobre intervenções na RE e raiva parental; E2: validação da PAS para população portuguesa; E3: preditores do estilo parental de socialização emocional; E4: viabilidade do RETHINK em Portugal; E5: eficácia do programa a curto e médio prazo. Discussão: Este projeto constituirá um contributo inovador para a Psicologia Clínica e da Saúde em Portugal, integrando evidências científicas, a validação de um instrumento e uma intervenção baseada em evidência dirigida a pais de adolescentes portugueses.

---

26. Regulação Emocional e Academic Buoyancy no Ensino Superior: Revisão Sistemática da Literatura

Joana Dias Urbano & Ludovina Maria de Almeida Ramos

Universidade da Beira Interior, Portugal

joana.urbano@ubi.pt

O percurso académico constitui um período de elevada exigência psicossocial, associado a sintomatologia ansiosa e depressiva. Assim, torna-se crucial compreender os fatores protetores que contribuem para uma adaptação eficaz e bem-estar psicológico dos estudantes. Entre estes, destacam-se a regulação emocional (RE) e a academic buoyancy (AB), que se traduz na capacidade dos estudantes para lidarem com os desafios típicos do

percurso académico com sucesso. Seguindo as diretrizes PRISMA, realizou-se uma Revisão Sistemática da Literatura para mapear a interseção destas dimensões no contexto académico e averiguar a existência de programas de intervenção que utilizem simultaneamente estes construtos. Esta pesquisa foi realizada nas bases de dados PubMed, Scopus e Web of Science relativa a estudos quantitativos, qualitativos e mistos, publicados entre 2008 e 2026, envolvendo as variáveis: RE, AB e Saúde Mental. A qualidade metodológica e o risco de viés foram avaliados utilizando a Ferramenta do Joanna Briggs Institute (JBI). Os resultados preliminares, por um lado, sugerem que intervenções focadas em estratégias de RE tendem a elevar níveis de AB e a reduzir a sintomatologia ansiosa e depressiva; por outro, revelam uma escassez de produção científica quanto à existência de programas de intervenção que integrem estes três construtos. Esta lacuna reforça a relevância do desenvolvimento e aplicação de programas adaptados ao contexto universitário português.

---

27. Fatores determinantes das motivações para a parentalidade: protocolo de uma scoping review

Raquel Tavares Marques (1), Paula Carvalho (1,2) & Ana Conde (2,3)

(1) Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior, Portugal
(2) RISE-Health, Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior, Portugal
(3) RISE-Health, Hospital da Luz Vila Real, Av. Carvalho Araújo 55, 5000 657 Vila Real, Portugal

raquel.tavares.marques@ubi.pt

As motivações para a parentalidade constituem um fenómeno complexo e multifatorial, com implicações relevantes na decisão reprodutiva. No entanto, a literatura encontra-se fragmentada quanto aos seus determinantes. Face à dispersão da literatura, este protocolo de scoping review visa mapear e sintetizar a evidência disponível sobre os fatores determinantes das motivações para a parentalidade. Mais especificamente, procurar responder à seguinte questão de investigação: quais os fatores determinantes das motivações para a parentalidade? Método: A scoping review será conduzida de acordo com as orientações de Joanna Briggs Institute e os resultados serão reportados de acordo com Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses – extension for scoping reviews (PRISMA-ScR). A pesquisa será realizada nas bases de dados: PubMed, Scopus e Web of Science. A seleção e extração de dados será realizada por dois revisores. Resultados: Espera-se identificar e sistematizar os fatores determinantes das motivações para a parentalidade, agrupá-los em domínios (individuais, relacionais, socioculturais e contextuais) e identificar lacunas existentes na literatura. Discussão: Esta scoping review poderá contribuir para uma compreensão integrada dos determinantes das motivações para a parentalidade e das suas implicações na decisão reprodutiva, sustentando investigações futuras e intervenções no domínio da Psicologia da Saúde.

---

28. Stress and coping strategies in caregivers of patients with brain injury

Bianca Brito Ferreira, Kimberly Alves Borcelly & Suelenn Eloise Oliveira Freitas

Secretaria da Saúde (SES), Brasil

biancabritopsi@gmail.com

ABI (mainly Stroke and TBI) causes chronic disabilities affecting patients and family caregivers. Informal caregivers face multiple stressors that compromise their health. Objective: Identify coping strategies and stress levels of caregivers of ABI patients, analyzing correlations with sociodemographic profile. Methodology: Cross-sectional study with 64 informal caregivers in Midwest Brazil (Jan–Oct 2025). Instruments: sociodemographic form, Brief-COPE, PSS-14. Statistical analysis: chi-square, t-test, ANOVA, Pearson correlation ($p<0.05$). Results: Most caregivers were women (71.9%); 51.6% were aged 40–59; 50% were patients' children; 81.25% cared for stroke patients. The chi-square test ($p<0.001$) associated low income (≤1 minimum wage) with higher stress. The t-test ($p=0.043$) associated female sex with higher stress. ANOVA ($p=0.039$) associated >3 caregivers with higher stress. Pearson correlations showed negative correlations indicating protection: positive reinterpretation ($r=-0.55$, $p<0.001$) and acceptance ($r=-0.25$, $p=0.048$). Discussion and Conclusions: Chi-square and t-test confirm that being female and low income are associated with higher stress. Pearson correlations show positive reinterpretation and acceptance had protective effects. ANOVA suggests >3 caregivers increases stress due to organizational complexity. Results support interventions addressing socioeconomic inequalities and strengthening cognitive coping strategies.

---

29. Psychological care protocol for women victims of gender violence in an emergency hospital

Bianca Brito Ferreira, Kimberly Alves Borcelly & Suelenn Eloise Oliveira Freitas

Secretaria da Saúde (SES), Brasil

biancabritopsi@gmail.com

Introduction: Violence against women is a global public health issue. WHO data indicate 30% of ever-partnered women experience physical/sexual violence, and 38% of female homicides are partner-perpetrated (WHO, 2024). Brazil recorded 1,437 feminicides in 2022. Emergency hospitals are key for early intervention, but standardized protocols remain scarce. Objective: Develop and validate a psychological care protocol for women victims of gender violence in an emergency hospital. Methodology: Methodological study in two stages. Seven expert psychologists (snowball sampling; hospital experience ≥10 years) evaluated 11 protocol items via modified e-Delphi. Data collection used a 4-point Likert scale on Google Forms. Content Validity Index (CVI) ≥70% was required. Qualitative suggestions underwent thematic content analysis. Results: Round 1: CVI 100% (6 items), 87.5% (5 items). Qualitative analysis led to language adjustments, added

"according to the woman's wishes" (item 1), "psychological risk assessment" (item 7), and outpatient guidance (item 9). Round 2: CVI 100% (10 items), 85.7% (item 2 – mandatory reporting). Abstention 12.5%. Judges (71.4% specialists, mean 16 years' experience) showed high consensus, confirming item relevance and clarity. Conclusion: The protocol achieved CVI >70% for all items, confirming theoretical adequacy and practical applicability. Aligned with CFP (2024), it can prevent revictimization and strengthen hospital response. Further reliability studies are needed.

---

30. Falhas cognitivas e sintomas psicopatológicos: civis vs. militares portugueses

Carla Sofia Nascimento (1,2), João Ferreira (1), Paulo Rodrigues (1,2), Emanuel Silva (1), Joana Duarte Santos (1) & Tomás Silvério (1)

(1) Universidade da Beira Interior, Portugal
(2) RISE-Health, Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior, Portugal

csln@ubi.pt

Introdução: As falhas cognitivas (e.g., esquecimentos, distração, perda de objetos) têm sido associadas a sintomas psicopatológicos internalizantes e externalizantes. Os sintomas internalizantes caracterizam-se por angústia dirigida internamente (sintomas de ansiedade, de depressão entre outros), enquanto os externalizantes envolvem desregulação comportamental e impulsividade. Contudo, são escassos os estudos que examinam as suas contribuições simultâneas ou comparam contextos socioprofissionais distintos, como o civil e o militar. Objetivos: (1) analisar a associação entre sintomas psicopatológicos (internalizantes e externalizantes) e falhas cognitivas; (2) testar diferenças entre civis e militares nestes sintomas; (3) avaliar a contribuição única de cada dimensão sintomática (efeito independente de cada conjunto de sintomas, internalizante e externalizante, controlando o outro em regressão múltipla) na predição das falhas cognitivas. Método: Desenho transversal. 71 homens portugueses (30 civis, 41 militares; M=22,9 anos). Recolha online (Google Forms). Instrumentos: SRQ-20 (sofrimento psicológico não psicótico, sintomas internalizantes); ASRS-18 (rastreio de PHDA em adultos, proxy do espectro externalizante); CFQ (falhas cognitivas). Análises: correlações de Pearson, testes t, regressão linear múltipla. Resultados: Falhas cognitivas correlacionaram-se com sintomas internalizantes (r=0,43) e sintomas externalizantes (r=0,36). Sem diferenças entre grupos nos sintomas internalizantes. Contrariamente à hipótese (expectativa de subnotificação por estigma), militares revelaram pontuações superiores em sintomas externalizantes (t=-5,14; p<0,001; d=-1,19). Ambos os sintomas contribuíram única e significativamente para os valores repostados no instrumento das falhas cognitivas (β=0,24–0,34; R^2=21%). Conclusão: Sintomas internalizantes e externalizantes são correlatos transdiagnósticos das falhas cognitivas, ou seja, associam-se a estas independentemente do diagnóstico clínico específico, atravessando diferentes categorias psicopatológicas, cada um com contribuição única. O contexto militar associa-se a níveis mais elevados de sintomas externalizantes, sugerindo normalização contextual, ou seja, os comportamentos associados aos sintomas externalizantes podem ser percebidos como potencialmente adaptativos no ambiente operacional. Reforça-se a necessidade de avaliação psicológica contextualizada em populações militares.

---

31. Para Além da Sobrevivência: Intervenções de Grupo Breves em Sobreviventes de Cancro da Mama

Ana Fojo (1) & Ana Torres (1,2,3)

(1) Departamento de Psicologia e Educação da Universidade da Beira Interior, Portugal
(2) RISE-Health - Departamento de Psicologia e Educação, Portugal
(3) CIDESD Centro de Investigação em Desporto - Saúde e Desenvolvimento Humano, Portugal

anafojo02@gmail.com

Introdução: O cancro da mama tem registado uma elevada incidência entre as mulheres portuguesas nos últimos anos, conduzindo a um aumento do número de sobreviventes. Neste contexto, torna-se particularmente relevante o contributo da Psicologia, nomeadamente ao nível da intervenção no ajustamento psicossocial destas mulheres. O presente projeto tem como objetivo principal avaliar o efeito de dois programas breves de intervenção grupal, procurando colmatar lacunas existentes na investigação sobre esta temática. Metodologia: A amostra será composta por 30 participantes, através de amostragem por conveniência. Para além de um questionário de caracterização sociodemográfica e clínica, serão aplicados os seguintes instrumentos clínicos: EORTC QLQ-C30 e módulo específico BR-23 (qualidade de vida), ICAC (autoconceito) e PHQ-9 (sintomatologia depressiva). A avaliação será realizada em dois momentos (pré e pós-teste), envolvendo três grupos: grupo psicoeducativo, grupo de intervenção cognitivo-comportamental (TCC) e grupo de controlo em lista de espera (waiting-list). Resultados: Espera-se que o grupo submetido à TCC apresente melhorias mais significativas, tanto no final do programa como em follow-up. Discussão: Os resultados poderão ter implicações relevantes para a prática clínica e para a investigação, contribuindo para a definição de intervenções mais eficazes e ajustadas às características sociodemográficas e clínicas das sobreviventes de cancro da mama.

---

32. Evidence-Based Psychotherapeutic Interventions for Adolescents with ADHD: A Systematic Review

Ana Nunes, Ludovina Ramos, Cláudia Silva & Samuel Monteiro

Universidade da Beira Interior, Portugal

ana.isabel.melo.nunes@ubi.pt

Attention Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD) is a prevalent neurodevelopmental condition in childhood and adolescence, associated with significant impairments in academic performance, interpersonal relationships, and emotional regulation. Although pharmacological treatment is effective in reducing core symptoms, it often fails to address everyday challenges such as organisation, autonomy, and self-management. Consequently, psychotherapeutic interventions have gained increasing relevance,

particularly during adolescence, a developmental stage characterised by heightened demands for self-regulation. Within the scope of an ongoing PhD project focused on the adaptation and evaluation of the STAND programme in Portugal, a systematic literature review was conducted. This review aimed to identify and analyse evidence-based psychotherapeutic interventions targeting adolescents with ADHD, focusing on their core components and effectiveness. Following PRISMA 2020 guidelines, a systematic search was conducted in PubMed, Scopus, and Web of Science, including studies published between 2016 and 2026. Randomised controlled trials, quasi-experimental studies, and longitudinal designs involving adolescents with ADHD were included. Outcomes of interest comprised ADHD-related behavioural symptoms, executive functioning, academic performance, and psychosocial adjustment. Methodological quality and risk of bias were assessed using the Joanna Briggs Institute critical appraisal tools. Overall, findings suggest that interventions combining cognitive-behavioural strategies, organisational skills training, motivational approaches, and family involvement demonstrate consistent benefits.

---

33. Quando o Corpo Responde à Emoção: Perturbação Neurológica Funcional na Adolescência

Catarina Ferreira, Cláudia Rosa, Miriam Homem & Rafaela Sanches

ULS São José, Portugal

catarina.ferreira2@ulssjose.min-saude.pt

A perturbação de sintomas neurológicos funcionais (PSNF) na adolescência associa-se a vulnerabilidade emocional e é influenciada por fatores psicológicos e contextuais. A identificação de precipitantes emocionais é fundamental para a compreensão e abordagem do quadro. Método: Estudo de caso de adolescente do sexo feminino acompanhada em pedopsiquiatria durante dois anos, com diagnóstico de PSNF e comorbilidade psicopatológica. Avaliação baseada em entrevista clínica longitudinal, observação direta e informação familiar e escolar. Resultados: A adolescente apresentava crises motoras funcionais recorrentes, com episódios súbitos de perda de controlo motor e diminuição/perda de tónus muscular, por vezes com incapacidade de fala, com preservação da consciência, sem evidência de alteração neurológica estrutural. Os episódios eram precedidos por ansiedade ou momentos de frustração/contrariedade, com impacto no funcionamento social e escolar. Ao longo do seguimento verificaram-se comportamentos autolesivos e ideação suicida episódica. A intervenção multidisciplinar com psicofarmacologia, psicoterapia e adaptações escolares associou-se a redução da frequência das crises e melhoria funcional. Discussão: Este caso evidencia a expressão somática funcional da desregulação emocional, destacando ansiedade e frustração como precipitantes. Sublinha-se a importância de uma abordagem multidisciplinar integrada e de intervenções dirigidas ao contexto escolar e familiar.

---

34. Fator Socioeconómico como Determinante do Risco Familiar: Evidências de uma Amostra Comparativa

Luana Ochoa, Diamantino Santos & Rosa Marina Afonso

Universidade da Beira Interior, Portugal

ochoaluana@gmail.com

A pobreza presente no núcleo familiar tem um impacto no desenvolvimento da criança, no sentido em que é geradora de stress em todos os membros da família e pode limitar as suas oportunidades (Duncan et al., 2014). Assim, o presente estudo, transversal e correlacional, teve como objetivo analisar o impacto do fator socioeconómico no risco familiar, através da aplicação da Entrevista Estruturada da Avaliação do Risco Familiar (EEARF). A recolha de dados foi realizada por amostragem de conveniência, integrando 58 participantes provenientes de famílias com crianças até aos 12 anos, referenciadas pela Segurança Social. A amostra foi distribuída por dois grupos: 34 participantes de baixo estatuto socioeconómico e 24 de estatuto socioeconómico médio-alto. Os resultados evidenciaram que o grupo de baixo estatuto socioeconómico apresenta um número significativamente superior de fatores de risco, comparativamente ao grupo de estatuto médio-alto. Relativamente aos fatores de proteção, verificou-se a sua maior prevalência no grupo de estatuto socioeconómico médio-alto. Deste modo, constatou-se que o fator socioeconómico constitui um determinante significativo do risco familiar, corroborando as hipóteses formuladas, uma vez que as dificuldades económicas tendem a intensificar o risco familiar, ao passo que a estabilidade laboral e um contexto socioeconómico mais favorável se associam a dinâmicas familiares mais estruturadas e adaptativas, funcionando como fatores de proteção.

---

35. Intervenções Psicológicas Breves Digitais no Envelhecimento: Uma Revisão Integrativa da Literatura

Patrícia Azevedo (1), Hugo Paredes (1,2), Manuela Leite (3) & Sónia Remondes-Costa (1,4)

(1) Universidade de Trás os Montes e Alto Douro - UTAD, Portugal
(2) INESC TEC, Universidade de Trás os Montes e Alto Douro- UTAD, Portugal
(3) IUCS - CESPU - Polo do Porto
(4) RISE HEALTH, Universidade de Trás os Montes – UTAD, Portugal

al2024154943@alunos.utad.pt

O envelhecimento populacional está associado ao aumento de desafios psicológicos, como ansiedade, depressão e diminuição do bem-estar. As intervenções psicológicas tradicionais apresentam limitações ao nível do acesso, custos e estigma, surgindo as intervenções digitais como alternativa promissora. No entanto, existe uma lacuna na literatura quanto a revisões sistemáticas focadas em intervenções psicológicas digitais breves dirigidas a idosos. Este estudo tem como objetivo sintetizar a evidência dos últimos cinco anos sobre a eficácia destas intervenções em adultos ≥65 anos. A questão de investigação segue o modelo PICO: população idosa, intervenções digitais breves (≤10 sessões; <3 meses), comparação com controlo, cuidados habituais ou pré–pós, e outcomes ao nível da depressão, ansiedade e bem-estar. Serão incluídos estudos experimentais e quasi-experimentais publicados em revistas com revisão por pares, que avaliem

intervenções psicológicas digitais, como terapia cognitivo-comportamental e mindfulness. Serão excluídos estudos qualitativos, intervenções não digitais ou prolongadas e estudos sem foco em idosos. Espera-se que esta revisão sistemática contribua para clarificar a eficácia destas intervenções, apoiando o desenvolvimento de soluções mais acessíveis, escaláveis e adaptadas à promoção da saúde mental na população idosa.

---

36. Mental health of international students in non-English-speaking Europe: A narrative review of acculturative stress, language barriers, and the case of Portugal

Nazma Khushal (1), Sónia Remondes-Costa (2,3) & Ana Torres (1,3)

(1) University of Beira Interior, Covilhã, Portugal
(2) University of Trás os Montes e Alto Douro - UTAD, Vila Real, Portugal
(3) RISE HEALTH, University of Trás os Montes e Alto Douro – UTAD, Portugal

nazma.khushal@ubi.pt

Background: International student mobility to non-Anglophone Europe has increased, yet mental health research in these contexts remains fragmented. Portugal lacks empirical evidence on the psychological adaptation of non-Portuguese speaking international students. Objective: This narrative review synthesizes literature on mental health, acculturative stress, and coping among international students in non-English-speaking Europe, with attention to language barriers and Portugal. Method: A narrative synthesis of literature identified through Scopus, PubMed, and Web of Science using keywords: international students, mental health, acculturation, and non-Anglophone contexts. The review draws on Berry's acculturation theory (1997), Lazarus and Folkman's stress-coping theory (1984), and the Relative Acculturation Extended Model (Navas et al., 2004). Findings: Acculturative stress is consistently linked to anxiety, depression, and emotional distress among international students. Language barriers affect academic integration and access to mental health support. Contributing factors include unfamiliar academic environments, homesickness, loneliness, and lack of social support. In Portugal, research suggests rising mental health concerns among university students (Sarmento, 2015), yet no study has systematically examined how language barriers, acculturative stress, and social support interact for non-Portuguese speaking students. Conclusions: This review identifies critical gaps in international student mental health research in non-Anglophone Europe, particularly Portugal. Findings highlight the need for culturally and linguistically responsive mental health services and directions for future research.

---

37. Impacto do Tecnostress associado à Inteligência Artificial na Ansiedade de Trabalhadores

Camila Dias & Samuel Monteiro

Universidade da Beira Interior, Portugal

camila.dias@ubi.pt

A integração crescente da Inteligência Artificial (IA) no contexto laboral, no âmbito da Quarta Revolução Industrial, tem introduzido novas exigências tecnológicas associadas ao tecnostress, podendo impactar a saúde mental dos trabalhadores, nomeadamente a ansiedade. A presente revisão sistemática pretende sintetizar a evidência existente sobre a relação entre o tecnostress associado à IA e a ansiedade, bem como identificar lacunas na literatura que sustentem o desenvolvimento de investigação futura. A pesquisa será realizada nas bases de dados Scopus e Web of Science, incluindo estudos empíricos e revisões sistemáticas publicados entre 2021 e 2026, em português, inglês e espanhol. Serão incluídos estudos empíricos ou revisões sistemáticas que envolvam adultos ocupacionalmente ativos, que analisem o impacto do tecnostress associado à utilização de tecnologias digitais e, especificamente, sistemas de Inteligência Artificial, em indicadores de ansiedade ou saúde mental. A análise preliminar da literatura sugere que o tecnostress está associado a níveis elevados de ansiedade, uma vez que aumenta a incerteza e provoca reações emocionais que podem evoluir para estados de ansiedade. Contudo, verifica-se uma escassez de estudos focados especificamente na IA. Espera-se que os resultados contribuam para o desenvolvimento de estratégias de promoção da saúde mental, reforçando o papel da Psicologia Clínica e da Saúde na era da IA e apoiando futuras investigações na área.

CAPÍTULO 3 – SIMPÓSIOS

SIMPÓSIO 1. PRIMEIRA INFÂNCIA: DO VÍNCULO À AUTORREGULAÇÃO - CONSTRUIR FUNDAMENTOS PARA A VIDA

Coordenadora e moderadora: Mariana Fortunato, Médica Interna de Pedopsiquiatria, ULS Amadora Sintra

Objetivos: O presente simpósio tem como objetivo agregar comunicações de natureza teórico-clínica, ancoradas em evidência científica, que abordem diferentes dimensões do desenvolvimento na primeira infância. Os objetivos secundários correspondem a: (1) clarificação de conceitos fundamentais da Primeira Infância e a sua relevância no desenvolvimento global; (2) exploração do papel da vinculação na organização emocional e nos processos de co- regulação; (3) análise do sono, da alimentação e da comunicação como expressões interdependentes do desenvolvimento relacional; e (4) reflexão sobre a intervenção precoce em contexto clínico, nomeadamente na Unidade da Primeira Infância (UPI), da ULS São José, HDE Relevância: A Primeira Infância constitui um período crítico do desenvolvimento humano, marcado por elevada neuroplasticidade e pela forte influência das experiências precoces na organização emocional, comportamental e relacional. Num contexto de mudanças sociais e ambientais crescentes, incluindo alterações nas dinâmicas familiares e maior exposição a estímulos digitais, torna-se essencial compreender os fatores que influenciam a saúde mental precoce. A promoção de relações seguras, baseadas na disponibilidade emocional e na co- regulação, assume-

se como um eixo central na prevenção de dificuldades do desenvolvimento e na promoção do bem-estar ao longo da vida. Sumário: O simpósio propõe uma abordagem integrada e desenvolvimental da saúde mental na primeira infância, centrada na relação e na regulação. Do ponto de vista metodológico, o conjunto articula duas modalidades complementares: quatro comunicações baseadas em revisão narrativa não sistemática da literatura, com reflexão teórico-clínica sobre áreas nucleares do desenvolvimento precoce; e uma comunicação de caráter prático-clínico, centrada na descrição e reflexão sobre o modelo de funcionamento da Unidade da Primeira Infância (UPI). Esta articulação visa garantir tanto o rigor conceptual como a relevância clínica do simpósio. Serão abordados conceitos fundamentais como a vinculação e os seus estilos, o funcionamento da UPI e modelos de intervenção como o Floortime. Serão ainda exploradas áreas clínicas relevantes — sono, alimentação e comunicação — enquanto expressões interdependentes do desenvolvimento e do funcionamento relacional. O simpósio organiza-se em cinco comunicações, apresentadas pela seguinte ordem: Tema 1: A primeira infância: da definição de conceitos à sua importância Tema 2: Estilos de vinculação, o dia-a-dia de uma Unidade de Primeira Infância Tema 3: Chegou a hora de ir para a cama! - sono na Primeira Infância Tema 4: Todos para a mesa! - Alimentação na Primeira Infância Tema 5: Birras e oposição na primeira infância: quando o comportamento é uma forma de comunicação

---

1. A primeira infância: da definição de conceitos à sua importância

Rafaela Sanches (1), Cláudia Rosa (1), Catarina Nascimento (1), Mariana Portas (1) & Mariana Fortunato (2)

(1) ULS S. José, Hospital Dona Estefânia, Portugal
(2) ULS Amadora Sintra, Hospital Fernando da Fonseca, Portugal

marianaportas1999@gmail.com

Introdução: A Primeira Infância (0–3 anos) constitui um período crítico do neurodesenvolvimento, marcado por elevada plasticidade cerebral e pela influência determinante das experiências precoces na organização do funcionamento psíquico. Este trabalho visa clarificar o conceito de Primeira Infância e a sua relevância na Saúde Mental, ao longo de toda a vida. Métodos: Revisão narrativa não sistemática da literatura, com pesquisa nas bases de dados PubMed e Google Scholar. Foram incluídos artigos publicados nos últimos 20 anos, abrangendo revisões narrativas e guidelines nas áreas da Psiquiatria da Infância e da Adolescência, Psicologia do Desenvolvimento e Pediatria. A seleção orientou-se pelos seguintes eixos temáticos: definição e delimitação do conceito de Primeira Infância, neuroplasticidade e desenvolvimento precoce, vinculação e regulação emocional, e implicações para a saúde mental ao longo da vida. Os conteúdos foram articulados com a prática clínica em contexto de Primeira Infância, numa lógica de reflexão teórico-clínica. Resultados: A Primeira Infância emerge como uma janela privilegiada para a prevenção em Saúde Mental, sendo as experiências precoces determinantes na modelação dos circuitos neuronais. A qualidade da vinculação, dependente da sensibilidade do cuidador, é central na regulação emocional e no desenvolvimento global. Os padrões de vinculação seguros associam-se a trajetórias de vida mais adaptativas, enquanto padrões de vinculação inseguros aumentam o risco de psicopatologia. Discussão: A Saúde Mental precoce é

indissociável da relação cuidador-criança, reforçando a importância da intervenção precoce e da integração da avaliação relacional na prática clínica, com impacto na prevenção e promoção da saúde ao longo da vida.

---

2. Estilos de vinculação, o dia-a-dia de uma Unidade de Primeira Infância

Rafaela Sanches (1), Cláudia Rosa (1), Catarina Nascimento (1), Mariana Portas (1) & Mariana Fortunato (2)

(1) ULS S. José, Hospital Dona Estefânia, Portugal
(2) ULS Amadora Sintra, Hospital Fernando da Fonseca, Portugal
rafaelasanches27@gmail.com

Introdução: A UPI integra procedimentos observacionais padronizados e intervenções dirigidas às crianças e aos cuidadores, para avaliar e promover a qualidade das relações precoces. A Situação Estranha de Mary Ainsworth e a sua adaptação ao Paradigma da UPI, com registo videográfico semi-standardizado da primeira consulta é muitas vezes o primeiro momento de avaliação e definidor do recurso a intervenções como o modelo DIR/Floortime e o programa PACT, enquanto abordagens de intervenção precoce. Métodos: Comunicação de caráter prático-clínico, baseada na descrição e reflexão sobre o modelo de funcionamento da Unidade da Primeira Infância (UPI) da ULS São José, Hospital Dona Estefânia. São descritos os procedimentos observacionais e as intervenções implementadas, com enfoque na sua fundamentação teórica e aplicação clínica. A reflexão é sustentada pela experiência acumulada na unidade e pelo enquadramento conceptual proveniente da teoria da vinculação e dos modelos de intervenção precoce. Resultados: Os paradigmas observacionais inspirados na Situação Estranha permitem caracterizar estilos de vinculação e de regulação relacional em contexto clínico. A literatura indica que intervenções como DIR/Floortime e PACT podem estimular o desenvolvimento, melhorar a sensibilidade parental, a interação diádica e competências de comunicação social em crianças pequenas com Perturbações do Neurodesenvolvimento. Discussão: A articulação entre avaliação observacional estruturada (paradigma UPI), registos sistemáticos de interação e modelos de intervenção com a criança ou mediada pelos pais oferece um enquadramento clínico integrado para a primeira infância. Serão discutidas implicações para a prática em Psiquiatria da Infância e da Adolescência, nomeadamente na monitorização do vínculo, na formulação clínica e na escolha de intervenções focalizadas na relação.

---

3. Chegou a hora de ir para a cama! - Sono na Primeira Infância

Cláudia Rosa (1), Catarina Nascimento (1), Mariana Portas (1), Rafaela Sanches (1) & Mariana Fortunato (2)

(1) ULS S. José, Hospital Dona Estefânia, Portugal
(2) ULS Amadora Sintra, Hospital Fernando da Fonseca, Portugal

claudia.jprosa@gmail.com

Introdução: O sono na Primeira Infância é frequentemente conceptualizado como um processo maturacional, centrado na organização neurobiológica. Contudo, a evidência aponta cada vez mais para a sua natureza relacional, desenvolvendo-se no contexto da díade cuidador-criança. Esta comunicação explora o sono como fenómeno diádico, enquanto expressão do desenvolvimento relacional. Método: Revisão narrativa não sistemática da literatura, com pesquisa nas bases de dados PubMed e Google Scholar. Foram incluídos artigos publicados nos últimos 20 anos, nomeadamente revisões narrativas e guidelines. A revisão orientou-se pelos seguintes eixos temáticos: maturação neurobiológica do sono na primeira infância, influência da vinculação e das práticas parentais na organização do sono, e abordagens de intervenção centradas na relação. Os contributos foram integrados numa perspetiva de reflexão teórico- clínica. Resultados: O sono infantil resulta da interação entre fatores biológicos e relacionais. A qualidade da co-regulação, a consistência das rotinas e a disponibilidade emocional dos cuidadores associam-se a uma melhor organização do sono. Verifica-se uma relação bidirecional entre dificuldades de sono e stress parental. Discussão: O sono constitui uma expressão do desenvolvimento relacional e um marcador do funcionamento da díade. A intervenção deverá privilegiar abordagens centradas na relação, com implicações para a Psicologia da Saúde, nomeadamente na promoção de relações precoces seguras e no suporte às famílias.

---

4. Todos para a mesa! - Alimentação na Primeira Infância

Mariana Fortunato (1), Rafaela Sanches (2), Cláudia Rosa (2), Catarina Nascimento (2) & Mariana Portas (2)

(1) ULS Amadora Sintra, Hospital Fernando da Fonseca, Portugal
(2) ULS S. José, Hospital Dona Estefânia, Portugal

mariana.fortunato@ulsasi.min-saude.pt

Introdução: A alimentação na Primeira Infância ultrapassa a dimensão nutricional, constituindo um espaço central de interação, regulação emocional e desenvolvimento da autonomia. Os comportamentos alimentares refletem a qualidade da vinculação e os processos de co-regulação. Métodos: Revisão narrativa não sistemática da literatura, com pesquisa nas bases de dados PubMed e Google Scholar. Foram incluídos artigos publicados nos últimos 20 anos, abrangendo revisões narrativas e guidelines nas áreas da Psiquiatria da Infância e da Adolescência, Psicologia do Desenvolvimento e Pediatria. A seleção orientou-se pelos seguintes eixos temáticos: alimentação como processo relacional, práticas de alimentação responsiva, dificuldades alimentares na primeira infância e sua relação com a vinculação e a regulação emocional. Os resultados foram articulados com a experiência clínica em contexto de primeira infância, numa lógica de reflexão teórico-clínica. Resultados: A evidência demonstra que a alimentação é um marcador sensível do desenvolvimento global. Interações cuidador-criança seguras e práticas de alimentação responsiva associam-se a melhor autorregulação e autonomia. Por outro lado, dificuldades alimentares, como recusa ou seletividade, surgem frequentemente associadas a desregulação emocional, stress familiar ou padrões relacionais disfuncionais. Discussão: A leitura da alimentação como expressão do desenvolvimento permite uma abordagem clínica integrada, centrada na relação e na capacitação parental. Intervenções precoces,

multidisciplinares e baseadas na evidência são fundamentais para promover trajetórias de desenvolvimento saudáveis, especialmente num contexto de crescente complexidade social e familiar.

---

5. Birras e oposição na primeira infância: quando o comportamento é uma forma de comunicação

Catarina Nascimento (1), Rafaela Sanches (1), Cláudia Rosa (1), Mariana Fortunato (2) & Mariana Portas (1)

(1) ULS S. José, Hospital Dona Estefânia, Portugal
(2) ULS Amadora Sintra, Hospital Fernando da Fonseca, Portugal

catarina.nascimento3@ulssjose.min-saude.pt

Introdução: A Primeira Infância constitui um período crítico do desenvolvimento emocional e relacional, marcado por elevada plasticidade neurobiológica e pela aquisição progressiva de competências de autorregulação e comunicação. Alterações do comportamento representam um motivo frequente de referenciação clínica, podendo corresponder a variações normativas ou a manifestações precoces de vulnerabilidade psicopatológica e Perturbações do Neurodesenvolvimento. Métodos: Revisão narrativa não sistemática da literatura, com pesquisa nas bases de dados PubMed e Google Scholar. Foram incluídos artigos publicados nos últimos 20 anos, abrangendo revisões narrativas e guidelines nas áreas da Psiquiatria da Infância e da Adolescência, Psicologia do Desenvolvimento e Pediatria. A seleção orientou-se pelos seguintes eixos temáticos: comportamento na primeira infância como forma de comunicação, desenvolvimento da autorregulação emocional, birras e oposição em contexto normativo e psicopatológico, e sinais de alerta para perturbações do neurodesenvolvimento. Os conteúdos foram integrados numa perspetiva de reflexão teórico-clínica. Resultados: O comportamento da criança pequena pode ser compreendido como uma forma de comunicação sobre o seu funcionamento interno e sobre a forma como está a conseguir adaptar-se ao ambiente. Birras, oposição ou agressividade ocasional podem expressar necessidades emocionais, frustração ou limitações nas competências de autorregulação e/ou comunicação. Contudo, padrões persistentes, intensos ou pervasivos podem sinalizar dificuldades no desenvolvimento global, sobretudo quando associados a alterações na interação social, atraso da linguagem, rigidez comportamental ou regressão de competências. Discussão: A compreensão do comportamento no contexto do desenvolvimento permite identificar precocemente sinais de alerta e orientar intervenções centradas na criança e na relação. Estratégias que promovem previsibilidade ambiental, suporte à comunicação e modelagem da regulação emocional podem favorecer trajetórias adaptativas e prevenir a consolidação de dificuldades emocionais e comportamentais.

SIMPÓSIO 2 - DIVERSIDADE, INCLUSÃO E COMBATE À DISCRIMINAÇÃO EM DIFERENTES POPULAÇÕES E CONTEXTOS

Coordenadora e moderadora: Ana Isabel Cunha, Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior

Este simpósio tem como principal objetivo apresentar e discutir resultados de investigação sobre diversidade, inclusão e combate à discriminação em diferentes populações e contextos. A relevância deste simpósio prende-se com a crescente diversidade das sociedades atuais e com a necessidade de promover a convivência inclusiva e prevenir fenómenos de exclusão, discriminação e discurso de ódio. O simpósio reúne cinco trabalhos que abordam, de forma complementar, questões relacionadas com o discurso e crimes de ódio, o clima de diversidade em contextos organizacionais, a inclusão de estudantes migrantes em contexto escolar e a resiliência e integração de pessoas refugiadas. Em conjunto, os trabalhos apresentados integram uma visão multidimensional dos desafios associados à diversidade e à inclusão, incorporando diferentes níveis de análise e contextos sociais. Assim, duas comunicações incidem sobre os fenómenos de discurso e incidentes de ódio, a primeira apresentando dados empíricos sobre testemunho, vitimização e prática de discurso de ódio, offline e online, no contexto universitário, e a segunda descrevendo um projeto multidisciplinar para prevenir e combater o crime e discurso de ódio em Portugal. A comunicação seguinte remete para a importância de ambientes de trabalho inclusivos, analisando a relação entre a perceção de um clima de diversidade e a qualidade de vida no trabalho. Por fim, as duas últimas comunicações focam-se em populações migrantes, uma remetendo para o contexto escolar, propondo uma avaliação de perceções de docentes sobre inclusão de crianças e adolescentes migrantes e a outra abordando necessidades emocionais e desafios de integração de pessoas refugiadas em Portugal.

---

1. Discurso de ódio no ensino superior: Um retrato das perceções de estudantes do 1.º ano da Universidade da Beira Interior

Ana Isabel Cunha (1,2), Marta Pereira Alves (1,2,3) & Vítor Costa (4)

(1) Departamento de Psicologia e Educação, Universidade da Beira Interior, Portugal
(2) RISE-Health, Universidade da Beira Interior, Portugal
(3) NECE, Research Centre for Business Sciences, Universidade da Beira Interior, Portugal
(4) CICPSI, Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa, Portugal

acunha@ubi.pt

Introdução: O discurso de ódio (DO) inclui expressões depreciativas intencionais e dirigidas a pessoas, com base em características atribuídas a grupos, como etnia, nacionalidade, género, orientação sexual, deficiência, religião, entre outras. O DO tem sido estudado principalmente online, sendo menos abordado na sua dimensão offline, nomeadamente em contexto universitário. Este estudo foca-se em estudantes do 1.º ano, em fase de transição e adaptação ao contexto universitário, procurando descrever a prevalência de testemunho, vitimização e prática de DO offline e online, desde que entraram para o ensino superior. Método: O estudo inclui 507 estudantes de 1º ano, de diversos cursos na Universidade da Beira Interior (UBI), com idade média de 18.7 anos (DP= 1.0), a maioria do género feminino (59%), que responderam à versão Portuguesa do Student Survey for Offline Hate Speech. Resultados: Verificou-se que 24.3% do/as estudantes assistiram, 6.9% foram alvo e 6.9% proferiram algum tipo de DO na

universidade/contexto universitário. A observação de piadas ofensivas sobre um determinado grupo de pessoas foi a forma de DO offline mais frequente. Por outro lado, 47.7% do/as estudantes afirmam ter assistido, 6.9% ter sido alvo e 4.2% ter proferido algum tipo de discurso de ódio online, desde que frequentam o ensino superior. Discussão: Sublinha-se a importância de analisar as perceções de estudantes sobre o DO para o conhecimento deste fenómeno no contexto universitário, sendo discutidas as implicações práticas dos resultados.

---

2. Abordagem de cooperação multidisciplinar para prevenir e combater o crime de ódio e o discurso de ódio em Portugal: Contributos do projeto COOPERHATE

Marta Pereira Alves, Ana Isabel Cunha, Branco Di Fátima, João Cordeiro & Nuno Pombo

BSAFE/Universidade da Beira Interior, Portugal

mpalves@ubi.pt

O discurso e o crime de ódio constituem um desafio social complexo e multideterminado que exige uma cooperação interinstitucional eficaz que assegure a sua prevenção, a adequada sinalização e uma resposta coordenada. O presente trabalho pretende apresentar alguns dos contributos do projeto COOPERHATE [101213938], financiado pela European Education and Culture Executive Agency (EACEA) no âmbito do programa CERV (Cidadãos, Igualdade, Direitos e Valores) e coordenado pela Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV). Em geral, este projeto visa reforçar a resposta, aos incidentes e ao discurso de ódio, em Portugal, através de uma abordagem multidimensional, centrada na melhoria da aplicação da lei, no reforço do apoio às vítimas, na capacitação de instituições e organizações da sociedade civil, e na promoção da sensibilização pública. A Universidade da Beira Interior (UBI) desempenha um papel central no desenvolvimento no projeto. Em particular, a UBI lidera o desenvolvimento de metodologias e ferramentas inovadoras para a deteção, monitorização e análise de crimes e discurso de ódio. Paralelamente, coordena o desenvolvimento de um estudo empírico, com a realização de entrevistas estruturadas e um grupo focal. Participam na recolha de dados diferentes profissionais de organizações da sociedade civil, forças de segurança, empresas de tecnologia da informação e atores judiciais. Com esta metodologia, pretende-se compreender as dificuldades reais, assim como identificar formas de as ultrapassar, ao nível da colaboração interinstitucional, da partilha de informação e dos mecanismos de confiança no âmbito da sua ação na prevenção e combate ao discurso e incidentes de ódio. Palavras-chave: Crime de ódio, Discurso de ódio, Cooperação interinstitucional.

---

3. Associations Between Diversity Climate Perceptions and Quality of Working Life: A study with workers in Portugal.

Vítor Costa

CICPSI, Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa

vitor.costa@psicologia.ulisboa.pt

Understanding how diversity climate perceptions relate to employees' well-being is an important but still underexplored research topic. This study aims to examine the association between perceived organisational diversity climate and quality of working life (QWL). A cross-sectional online survey was conducted with 244 workers in Portugal (165 women; mean age = 38.7). Participants completed a sociodemographic questionnaire, the Diversity Climate Scale (DCS) and the Work-Related Quality of Life Scale. Data were analysed using PLS-SEM. All constructs showed good reliability (RhoC > .70 and AVE > .50) and discriminant validity (HTMT < .85/.90). Results showed that the justice and inclusion dimensions of the DCS significantly predicted QWL dimensions, with path coefficients between .18 (general well-being) and .53 (job and career satisfaction). The values dimension of the DCS showed no significant associations. Inclusion demonstrated a strong effect on job and career satisfaction, while the remaining effects were small to medium. This study offers an initial insight into the link between a culture of diversity and QWL. The findings highlight the relevance of organisational practices that ensure fair HR processes and promote employee inclusion. Perceiving a fair and inclusive diversity climate is associated with a better quality of working life, particularly regarding satisfaction with job and career, underscoring its importance for interventions in occupational health psychology.

---

4. Avaliação da perspetiva de professores sobre o ensino, integração e adaptação de crianças e adolescentes migrantes

Carla Pereira (1), Marta Pereira Alves (1,2,3) & Ana Isabel Cunha (1,3)

(1) Departamento de Psicologia e Educação, Universidade da Beira Interior, Portugal
(2) NECE, Research Centre for Business Sciences, Universidade da Beira Interior, Portugal
(3) RISE-Health, Universidade da Beira Interior, Portugal

carla.sofia.pereira@ubi.pt

A Escola é atualmente um espaço de grande diversidade cultural e linguística, recebendo alunos provenientes de diferentes países. À luz do Modelo Integrativo de Risco e Resiliência, o contexto educativo configura um dos microssistemas com maior influência na adaptação de crianças e adolescentes migrantes. Neste sentido, revela-se pertinente analisar em que medida profissionais de educação se mostram sensíveis à integração de alunos(as) migrantes e como percecionam o processo de ensino dirigido a esta população. Este estudo foca-se numa proposta de avaliação integrada da perspetiva de professores sobre o ensino e inclusão de estudantes migrantes. Descreve-se a primeira fase do processo de tradução e adaptação para a língua portuguesa do Survey of Teachers' Perceptions on the Teaching Refugee and Immigrant Students, um questionário acerca das perceções dos professores relativamente ao ensino de alunos migrantes. A equipa de investigação realizou três traduções independentes, as versões traduzidas foram comparadas e as diferenças entre itens discutidas, sendo integradas numa versão consensual. O questionário é composto por 31 itens distribuídos por cinco domínios: autoeficácia, implementação de práticas, competência cultural,

competência/formação, e necessidades dos alunos. Esta avaliação integra ainda outras variáveis, nomeadamente a perceção dos professores sobre o clima escolar e também sobre o ajustamento socioemocional das crianças e adolescentes migrantes. A amostra será constituída por docentes de 2º e 3º Ciclo do Ensino Básico que, na qualidade de diretores(as) de turma, lecionam a estudantes migrantes. Os resultados deste estudo poderão dar um importante contributo para a validação de instrumentos de medida nesta área de investigação, ainda pouco explorada no contexto português. Palavras-chave: multiculturalidade; integração, ensino de crianças e adolescentes migrantes, clima escolar.

---

5. Necessidades Emocionais e Políticas de Proteção de Refugiados Ucranianos em Portugal: Um estudo qualitativo

Barbara Kowalska Marques (1), Cristiano Gianolla (2) & Luciana Sotero (1,2)

(1) Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade de Coimbra, Portugal
(2) Centro de Estudos Sociais (CES), Universidade de Coimbra, Portugal

basia.kowalska81@gmail.com

A guerra na Ucrânia provocou deslocações forçadas em larga escala, gerando não apenas necessidades materiais, mas também necessidades emocionais complexas. A partir de uma perspetiva sistémica multinível, este estudo visa analisar as necessidades emocionais de refugiados ucranianos em articulação com as políticas públicas de proteção. Foi conduzido um estudo qualitativo com 10 refugiados Ucranianos residentes no Fundão, Portugal. Os dados foram recolhidos em fevereiro de 2025 através de entrevistas semiestruturadas e analisados por meio de uma análise temática, com recurso a codificação dedutiva e indutiva, apoiada pelo software MAXQDA. Foram identificadas cinco necessidades emocionais centrais: segurança, pertença, autonomia, competência e reconhecimento. A não satisfação destas necessidades associou-se a emoções como medo, frustração e tristeza. Em contraste, sentimentos de gratidão e esperança emergiram em contextos de apoio institucional. Identificaram-se ainda mecanismos de retroalimentação que ajudam a explicar como práticas institucionais podem amplificar a vulnerabilidade ou, inversamente, promover integração. Os resultados sugerem que as políticas de proteção podem funcionar como reguladores emocionais, influenciando os processos de adaptação. A ausência de respostas emocionalmente sensíveis tende a reforçar a incerteza, enquanto intervenções baseadas no reconhecimento e na transparência promovem a resiliência e a integração de pessoas em situação de refúgio.

SIMPÓSIO 3 - CUIDADO E INTERVENÇÃO NA DEMÊNCIA: PERSPETIVAS DA PSICOLOGIA CLÍNICA E DA SAÚDE

Coordenadora: Rosa Marina Afonso, Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior

Moderadora: Ana Saraiva Amaral, Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior

A demência constitui um dos principais desafios contemporâneos na Psicologia Clínica e da Saúde, exigindo abordagens que integrem a complexidade do declínio cognitivo com a promoção da dignidade, identidade e bem-estar das pessoas. Para além das dimensões clínicas, torna-se fundamental compreender o papel da comunicação, das relações interpessoais e das intervenções psicossociais no cuidado. Este simpósio reúne um conjunto de estudos que exploram diferentes dimensões do cuidado na demência, incluindo a identidade e personhood, a comunicação clínica, a utilização de tecnologias inovadoras, como a realidade virtual, e o desenvolvimento de intervenções dirigidas a profissionais de saúde. Adicionalmente, são abordadas abordagens emergentes, como o uso de estímulos sensoriais e materiais no cuidado centrado na pessoa. No seu conjunto, estas comunicações contribuem para uma reflexão integrada sobre práticas mais humanizadas e baseadas na evidência, promovendo intervenções que valorizem a autonomia, a relação e a qualidade de vida das pessoas com demência e dos seus cuidadores.

---

1. Estudo Qualitativo sobre os Cuidados de Imagem e Personhood em Pessoas com Demência

Miriam Nunes (1), Maria Miguel Barbosa (1, 2) & Rosa Marina Afonso (1, 2)

(1) Departamento de Psicologia e Educação da Universidade da Beira Interior, Portugal
(2) RISE-Health Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Departamento de Psicologia e Educação da Universidade da Beira Interior, Portugal

miriam.nunes@ubi.pt

Com o aumento global dos casos de demência, torna-se fundamental assegurar a qualidade e a dignidade dos cuidados prestados a esta população. Neste contexto, destaca-se a necessidade de abordagens mais humanizadas, que respeitem a identidade e a personhood das pessoas com demência (PcD), valorizando a sua história de vida e individualidade. Apesar da crescente atenção a esta dimensão, o impacto psicológico dos cuidados de imagem no processo identitário permanece ainda pouco explorado na literatura. O presente estudo, de natureza qualitativa, teve como objetivo analisar a relação entre cuidados de imagem, estado psicológico, personhood e sentido de identidade em PcD. Foram realizadas entrevistas semiestruturadas a 13 participantes com diagnóstico de demência em fase leve, residentes em Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas e na comunidade. Os dados foram analisados através de análise de conteúdo. Os resultados evidenciaram uma inter-relação entre autoimagem e identidade pessoal, bem como a sua ligação à perceção que a pessoa acredita que os outros têm de si. Destaca-se ainda a relevância da aparência física e das práticas de cuidados de imagem, assim como o seu impacto social e psicológico. O envelhecimento e a dependência surgem como fatores influentes. Identificaram-se estratégias adaptativas e diferenças associadas ao género e ao contexto residencial. Estes achados reforçam a importância dos cuidados de imagem enquanto expressão identitária.

2. Comunicação Clínica na Demência: Evidência em Profissionais de Saúde

Filipa Moura Nicolau (1), Maria del Sequeros Pedroso-Chaparro (2), Ana Paula Martins (1), Maria Assunção Vaz-Patto (1,3) & Rosa Marina Afonso (1,3)

(1) Universidade da Beira Interior, Portugal
(2) Universidad a Distancia de Madrid, Espanha
(3) RISE-Health, Universidad da Beira Interior, Portugal

filipa.m.nicolau@gmail.com

A comunicação clínica em contexto de demência constitui um desafio central para os profissionais de saúde, dada a complexidade do diagnóstico, a progressão dos sintomas e a necessidade de integrar intervenções farmacológicas e não farmacológicas. Este estudo teve como objetivo analisar as propriedades psicométricas da Escala de Comunicação Clínica na Demência (ECCD) e explorar associações entre os seus fatores e variáveis sociodemográficas e formativas, como idade, género e formação em demência. Foi conduzido um estudo quantitativo com análise fatorial exploratória, envolvendo 191 profissionais de saúde (psicólogos, N=89; médicos, N=102). A ECCD, composta por 14 itens, avalia a confiança em diferentes domínios: comunicação com a pessoa com demência, familiares, colaboração interprofissional, intervenções não farmacológicas e conhecimento. Os resultados evidenciaram elevada consistência interna (α=.94) e uma estrutura de cinco fatores, explicando 85,76% da variância, com cargas fatoriais superiores a .60. Verificaram-se correlações positivas entre todos os fatores e a escala global. A idade associou-se positivamente às pontuações, não havendo diferenças por género. Profissionais com formação específica apresentaram pontuações mais elevadas. Os resultados sustentam a validade e utilidade da ECCD, reforçando a importância da formação contínua para melhorar a comunicação e a qualidade dos cuidados.

---

3. "Recuerda y comparte": Viabilidade e efeitos de um programa de reminiscência baseada em locais com realidade virtual

Mariana Figueiredo (1), Enrique Pérez-Sáez (2), Tania Josan Lalgi (3,4), Rosa Marina Afonso (1), Ana Saraiva Amaral (1) & Carmen Pérez González (5)

(1) Universidade da Beira Interior, Departamento de Psicologia e Educação, Covilhã, Portugal
(2) Centro de Referencia Estatal de atención a personas con enfermedad de Alzheimer y otras demencias - Imserso, España
(3) Clinic for Psychosomatic Medicine and Psychotherapy, LVR-University Hospital Essen, University of Duisburg-Essen, Essen, Germany
(4) Center for Translational Neuro and Behavioral Sciences, University of Duisburg-Essen, Essen, Germany
(5) Interdisciplinary Centre for Science and Technology Studies (IZWT), Bergische Universität Wuppertal, Germany

mariana.figueiredo@ubi.pt

As terapias não farmacológicas têm vindo a integrar novas tecnologias como ferramentas de intervenção na demência. A Realidade Virtual (RV) tem-se demonstrado útil para potenciar os benefícios da reminiscência na demência, ao proporcionar experiências imersivas e significativas. O presente estudo teve como objetivo desenvolver um estudo piloto de um programa de reminiscência baseada em locais com recurso à RV, analisando a sua viabilidade e impacto. O Recuerda y Comparte é composto por 4 sessões de reminiscência grupal baseadas na visualização de locais históricos significativos e partilha de memórias autobiográficas, utilizando fotografias analógicas, tablet e RV. Foi implementado com pessoas com demência residentes no Centro de Referencia Estatal de Atención a Personas con Enfermedad de Alzheimer y otras Demencias, em Salamanca. O estudo incluiu 10 participantes com demência, com idades entre os 66-87 anos (M = 74,4; DP = 6,67). A avaliação foi realizada pré e pós intervenção, bem como pré e pós sessão, com recurso a medidas de autorrelato, observação e focus groups. As medidas de autorrelato não evidenciaram melhorias significativas na autoestima ou bem-estar, contudo, indicaram níveis elevados de imersividade, sem efeitos adversos. Os dados de observação e focus groups apontaram para elevada satisfação com a intervenção e com a utilização da RV. Estes resultados sugerem que programas de reminiscência com RV poderão constituir uma abordagem viável e benéfica na demência.

---

4. Têxteis Sensoriais no Cuidado à Demência: Materialidade, Identidade e Bem-Estar

Carlos Arruda & Rafaela Norogrando

Universidade da Beira Interior, Portugal

carlos.m.arruda@ubi.pt

A demência compromete progressivamente a comunicação verbal, mantendo, contudo, a responsividade a estímulos sensoriais como o toque, a temperatura e o aroma. Estes estímulos desempenham um papel relevante na regulação emocional, na evocação de memórias implícitas e na manutenção da continuidade identitária. Esta comunicação apresenta uma investigação em curso que explora o potencial dos têxteis sensoriais low-tech enquanto interfaces materiais de cuidado na demência inicial. O estudo articula Research through Design, Etnografia Sensorial e métodos de avaliação emocional para compreender de que forma propriedades materiais - textura, temperatura, peso e aroma - influenciam a experiência afetiva e corporal. Serão desenvolvidos e testados provotypes têxteis personalizáveis em contexto institucional, envolvendo pessoas com demência, cuidadores e familiares, com especial atenção a critérios éticos, dignidade e não estigmatização. A investigação procura contribuir para práticas de cuidado centradas na pessoa, explorando como a materialidade pode apoiar calma, familiaridade e expressão de preferências mesmo em contextos de declínio cognitivo. Como resultados, espera-se a definição de princípios materiais, diretrizes éticas e recomendações práticas para o design aplicado à saúde, reforçando o papel do design enquanto mediador de bem-estar, identidade e qualidade de vida no envelhecimento.

5. Cuidar quem cuida: eficácia de uma intervenção online baseada em terapias de terceira geração (MINDxYOU)

Selene Fernández-Martínez (1), Yolanda López-Del-Hoyo (2,3,4), A. Monreal-Bartolomé (2,3), J. Guzmán-Parra (5,6), V. Carbonell-Aranda (5,6), L. Camarero-Grados (2), M. Beltrán-Ruiz (2,3), A. Barceló-Soler (2,3), A. Pérez-Aranda (7) & Javier García Campayo (1,2,4)

(1) Departamento de Psiquiatría, Facultad de Medicina, Universidad de Zaragoza, España
(2) Instituto de Investigación Sanitaria de Aragón (IIS Aragón), Hospital Universitario Miguel Servet, Zaragoza, España
(3) Departamento de Psicología y Sociología, Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, Universidad de Zaragoza, Zaragoza/Huesca, España
(4) Red de Investigación sobre Cronicidad, Atención Primaria y Promoción de la Salud (RICAPPS) RD21/0016/0005, España
(5) Unidad de Gestión Clínica de Salud Mental, Hospital Universitario Regional de Málaga, Málaga, España
(6) Instituto de Investigación Biomédica de Málaga (IBIMA), España
(7) Departamento de Psicología Clínica y de la Salud, Facultad de Psicología, Universidad Autónoma de Barcelona

selenefdezm@gmail.com

O MINDxYOU é um programa online dirigido a profissionais de saúde, baseado em mindfulness, compaixão e aceitação, adaptado às fontes específicas de stress de profissionais de saúde. Este estudo teve como objetivo avaliar a eficácia e implementação da intervenção, através de um desenho híbrido tipo 2, com ensaio aleatorizado por clusters (Stepped Wedge), envolvendo 180 participantes de diferentes contextos de saúde. A eficácia foi avaliada tendo como principal variável o stress percebido, observando-se uma redução estatisticamente significativa após a intervenção ($p = .003$). Verificaram-se igualmente diminuições significativas na ansiedade, depressão ($p < .001$) e somatização ($p = .003$), bem como aumentos na resiliência e autocompaixão ($p < .001$). Algumas dimensões do mindfulness apresentaram melhorias significativas, nomeadamente observar, agir com consciência e ausência de julgamento. Os resultados de implementação evidenciaram boa adesão, com prática regular dos exercícios formais e informais. A análise qualitativa destacou benefícios como a redução de conflitos laborais e a viabilidade em diferentes contextos, incluindo zonas rurais. Foram identificados obstáculos, como a sobrecarga laboral e dificuldades de conciliação com a vida pessoal, e facilitadores, como o caráter flexível e personalizado do programa. Os resultados sustentam a utilidade de intervenções online baseadas em terapias de terceira geração na promoção do bem-estar psicológico em profissionais de saúde.

SIMPÓSIO 4 - PSICOLOGIA MILITAR: AVALIAÇÃO, ROBUSTEZ MENTAL E INTERVENÇÃO EM CONTEXTOS DE ELEVADA EXIGÊNCIA

Coordenadora e moderadora: Carla Sofia Lucas do Nascimento, Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior

O presente simpósio reúne cinco comunicações dedicadas à análise dos processos psicológicos associados à adaptação, ao desempenho e à saúde mental em contextos militares de elevada exigência. Pretende aprofundar a compreensão do funcionamento psicológico sob stresse prolongado, incerteza, ambiguidade e elevada carga cognitiva, discutir criticamente o construto de robustez mental, examinar abordagens de avaliação ajustadas ao contexto militar português e explorar possibilidades de monitorização e intervenção com utilidade aplicada. Neste enquadramento, articula contributos institucionais, conceptuais, psicométricos e instrumentais, aproximando o debate científico das exigências da seleção, formação, acompanhamento e tomada de decisão em meio militar. As comunicações são apresentadas numa sequência lógica. Em primeiro lugar, Avaliação Psicológica na Seleção Militar: Enquadramento Funcional e Inovação no Exército Português introduz o enquadramento institucional e funcional da avaliação psicológica. Seguidamente, Programa de Promoção da Robustez Mental nos cursos de formação inicial do Exército Português centra-se na promoção de competências psicológicas em contexto formativo. Em terceiro lugar, Robustez Mental em Contexto Militar: Revisão Crítica e Integração Conceptual para o Exército Português propõe uma clarificação conceptual do construto. A quarta comunicação, Adaptação e validação do SMTQ para o contexto dos Comandos portugueses, apresenta evidência empírica relativa à adaptação de um instrumento de autorrelato. Por fim, Instrumentos Cognitivos Breves para Avaliação da Robustez Mental em Contexto Militar aponta um desenvolvimento metodológico orientado para medidas breves, ecologicamente válidas e operacionalmente úteis. Em conjunto, as cinco comunicações articulam conceptualização, avaliação e inovação aplicada no estudo da robustez mental em contexto militar português.

---

1. Avaliação Psicológica na Seleção Militar: Enquadramento Funcional e Inovação no Exército Português

André Maio

CPAE, Portugal

maio.afc@exercito.pt

A avaliação psicológica dos candidatos ao Exército ocupa um lugar central na seleção militar, integrando-se num modelo biopsicofísico que articula dimensões físicas, médicas e psicológicas. Esta comunicação tem como objetivo efetuar um enquadramento institucional e funcional da avaliação psicológica na seleção militar, clarificando o seu papel no processo de apreciação da aptidão psicológica dos candidatos ao Exército. O processo assenta em critérios técnicos e normativos definidos pelas Tabelas Gerais de Aptidão e Capacidade e pelas Tabelas de Aptidão Complementares, que estabelecem os requisitos exigidos para o exercício das funções militares em cada classe, arma ou especialidade. Neste enquadramento, a avaliação

psicológica visa determinar a adequação do candidato ao perfil funcional requerido. São avaliadas dimensões cognitivas, percetivo-cognitivas e psicomotoras, bem como aspetos comportamentais e emocionais observados em entrevista. O modelo inclui testes de raciocínio verbal e numérico, velocidade percetiva, aptidão espacial, raciocínio mecânico, atenção, concentração, inteligência geral e personalidade. Em situações específicas, recorre-se ainda a provas de laboratório, nomeadamente ao Sistema de Testes de Viena e/ou à Bateria de Avaliação Psicológica de Condutores. Destaca-se a estabilidade emocional como variável crítica na apreciação da aptidão psicológica. A entrevista permite ainda analisar postura, comunicação interpessoal, motivação e apoio sociofamiliar. Paralelamente, o CPAE e a UBI desenvolvem a BAP-EP, visando modernizar a avaliação psicológica e aperfeiçoar os processos de seleção e gestão de recursos humanos no Exército Português.

---

2. Programa de Promoção da Robustez Mental nos cursos de formação inicial do Exército Português

Nuno Ribeiro

CPAE, Portugal

ribeiro.nmm@exercito.pt

A complexidade do ambiente operacional em que decorrem as operações militares atuais coloca elevadas exigências psicológicas aos militares, tornando essencial o desenvolvimento da capacidade de reagir de forma adaptativa a situações adversas e a eventos potencialmente traumáticos. A forma como os militares respondem a estas situações tem implicações no indivíduo e na capacidade operacional da força. Neste contexto, esta comunicação tem como objetivo descrever a aplicação do Programa de Promoção da Robustez Mental (PPRM) nos cursos de formação inicial do Exército Português, numa amostra de [n.º de participantes] militares das categorias de praças, sargentos e oficiais, e apresentar resultados preliminares relativos à sua implementação. Metodologicamente, serão apresentadas a caracterização da amostra, a estrutura e os conteúdos do programa, os procedimentos de aplicação em contexto de formação inicial e os indicadores utilizados para avaliar a implementação e os seus efeitos. O PPRM visa aumentar a eficácia operacional através da promoção de competências socioemocionais com impacto direto na performance e no cumprimento da missão, nomeadamente regulação emocional, confiança, foco, controlo atencional, autoeficácia e tolerância à adversidade. Os resultados preliminares serão analisados à luz dos objetivos do programa e das exigências psicológicas próprias dos contextos militares de formação. Embora a avaliação tenha recorrido sobretudo ao autorrelato dos militares, reconhecem-se as limitações desta abordagem para sustentar, por si só, a validade e a eficácia do programa, tornando-se necessário desenvolver instrumentos de medida centrados no comportamento observável e funcional dos militares, capazes de apoiar uma avaliação mais robusta dos efeitos da intervenção.

---

3. Robustez Mental em Contexto Militar: Revisão Crítica e Integração Conceptual para o Exército Português

Joana Santos

UBI, Portugal

joana.duarte.santos@ubi.pt

A robustez mental tem sido apontada como um recurso psicológico relevante para o desempenho em contextos de elevada exigência, incluindo o militar. Contudo, a literatura revela problemas conceptuais persistentes, nomeadamente indefinição do construto, sobreposição com conceitos como resiliência, hardiness, grit, autoeficácia e coping, e heterogeneidade na sua operacionalização. Estas limitações dificultam a comparabilidade entre estudos, fragilizam a validação dos instrumentos e reduzem a utilidade aplicada do conceito. O presente trabalho propõe uma revisão crítica da literatura e uma integração conceptual orientada para o contexto militar português. Sustenta-se que a robustez mental não deve ser entendida apenas como traço estável de personalidade nem reduzida a autorrelatos de características desejáveis. Propõe-se, antes, a sua conceptualização como capacidade psicológica funcional, parcialmente disposicional, mas dependente das exigências do contexto. Esta capacidade manifesta-se na manutenção do comportamento orientado para a missão, na regulação sob pressão, na recuperação após erro ou falha e na preservação do desempenho em condições de ambiguidade, adversidade e fadiga. Articulada com a tradição do Exército Português, esta proposta defende uma avaliação assente em indicadores comportamentais, funcionais e ecologicamente válidos, complementares ao autorrelato.

---

4. Adaptação e validação do SMTQ para o contexto dos Comandos portugueses

Rui Eusébio

CPAE, Portugal

eusebio.rmb@exercito.pt

A robustez mental constitui um recurso psicológico relevante para o desempenho sustentado em contextos operacionais exigentes. Este estudo teve como objetivo adaptar e validar o Sport Mental Toughness Questionnaire (SMTQ) para o contexto das Forças Especiais portuguesas, com particular incidência nos Comandos, examinando a sua estrutura fatorial, fiabilidade e validade convergente e discriminante. A amostra integrou 168 militares do sexo masculino provenientes de quatro cursos consecutivos de Comandos. Após tradução e adaptação transcultural, realizou-se uma análise fatorial confirmatória e uma análise de invariância multigrupo entre coortes. O modelo original de 14 itens apresentou ajustamento aceitável, mas três itens revelaram pesos fatoriais reduzidos e foram removidos. O modelo reduzido de 11 itens (SMTQ-R) demonstrou bom ajustamento e fiabilidade interna adequada. As análises de invariância sustentaram equivalência configural e escalar entre coortes, observando-se apenas uma alteração marginal ao nível métrico. As análises de validade convergente e discriminante evidenciaram associações positivas entre Confiança e Controlo e autoconfiança robusta, enquanto as correlações com hardiness foram negligenciáveis, sustentando a distinção entre os construtos. Os resultados indicam que o SMTQ-R

constitui um instrumento psicometricamente sólido e culturalmente adequado para avaliar a robustez mental em militares das Forças Especiais portuguesas.

---

5. Instrumentos Cognitivos Breves para Avaliação da Robustez Mental em Contexto Militar

Paulo Rodrigues

UBI, Portugal

pjfsfr@ubi.pt

A avaliação da robustez mental em contexto militar continua fortemente dependente de medidas de autorrelato, vulneráveis à desejabilidade social, à gestão da impressão e à reduzida sensibilidade às flutuações do estado funcional sob exigência. Esta limitação é especialmente relevante em contextos operacionais e de treino, onde importa dispor de indicadores breves, repetíveis e ecologicamente válidos, úteis para monitorização e apoio à decisão. Esta comunicação tem como objetivo apresentar a proposta de desenvolvimento de uma bateria breve de instrumentos cognitivos digitais para avaliação complementar da robustez mental em contexto militar. Mais concretamente, não se pretende apenas caracterizar instrumentos breves existentes, mas delimitar os requisitos conceptuais, funcionais e metodológicos para o desenvolvimento de tarefas baseadas no desempenho cognitivo, concebidas para aplicação militar supervisionada, com reduzido tempo de administração e elevada exequibilidade logística. A proposta assenta no princípio de que o estado da robustez mental deve ser inferido não apenas a partir de crenças autorreportadas, mas também da forma como o militar mantém o controlo atencional, a consistência da resposta, a velocidade de processamento, a resistência à fadiga cognitiva e a recuperação após erro em condições de pressão, ambiguidade ou carga acrescida. Pretende-se, assim, apresentar o racional da bateria, os principais indicadores funcionais a recolher e o seu potencial enquadramento em rotinas de treino e monitorização. O objetivo não é substituir a avaliação psicológica compreensiva, mas criar ferramentas complementares de apoio à decisão para o comando, baseadas em indicadores funcionais observáveis e empiricamente testáveis.

SIMPÓSIO 5 - BIOMARCADORES MULTINIVEL EN ALZHEIMER: EEG, MODELIZACIÓN COMPUTACIONAL Y PACIENTES IN SILICO

Coordenador e moderador: Rubén Pérez-Elvira, Universidade Pontifícia de Salamanca

Este simpósio tem como objetivo apresentar abordagens neurofisiológicas e computacionais inovadoras para a identificação de biomarcadores da doença de Alzheimer, articulando EEG, modelização espectral, cordância, localização de fontes, transdução biomimética e sujeitos in silico. Pretende-se contribuir para uma caracterização mais precisa das alterações cerebrais associadas ao envelhecimento saudável, ao défice cognitivo ligeiro e à doença de Alzheimer, bem como discutir novas estratégias de classificação e geração de hipóteses. A relevância do simpósio decorre da integração entre neurociência, avaliação clínica e inteligência artificial, em linha

com o tema das Conferências. As comunicações mostram como o EEG pode ser explorado em múltiplos níveis: desde o pico alfa individual e os padrões de cordância posterior até à entropia espectral em fontes cerebrais, incluindo ainda metodologias emergentes como a sonoluminografia e a modelação com grandes modelos de linguagem. O simpósio será organizado em cinco comunicações. Primeiro, será apresentada a modelização do pico alfa individual no envelhecimento saudável, estabelecendo uma base normativa para a interpretação do iAPF. Em segundo lugar, serão discutidas as diferenças de cordância cerebral entre envelhecimento saudável, défice cognitivo ligeiro e doença de Alzheimer, destacando padrões posteriores de valor discriminativo. Em terceiro lugar, abordar-se-á a entropia espectral de fontes EEG com sLORETA e classificação por machine learning, aprofundando a especificidade anatómica das alterações. Em quarto lugar, será apresentada a sonoluminografia como biomarcador computacional, explorando a transdução do EEG em padrões vibratórios e visuais classificáveis. Finalmente, a quinta comunicação incidirá sobre sujeitos in silico em neuropsicologia computacional, mostrando como os grandes modelos de linguagem podem funcionar como plataformas experimentais para biomarcadores digitais candidatos.

---

1. Modelização do pico alfa individual no envelhecimento saudável através da parametrização espectral

Daniel Cordeiro (1,3), Rubén Pérez-Élvira (1,2,3), María Agudo Juan (2), Carlos Aznarez (1,3), David Wöbbeking (2,3) & António Sanchez Cabaco (1)

(1) Universidade Pontifícia de Salamanca (UPSA), Espanha
(2) NEPSA Rehabilitación Neurológica, Espanha
(3) Computational and Translational Neuroscience Lab (CTN Lab), Espanha

dcordeiro@ctneurolab.org

Introdução: A frequência do pico de alfa individual (iAPF) é um marcador neurofisiológico relevante para a caracterização do funcionamento cerebral no envelhecimento. A sua interpretação em adultos mais velhos apresenta limitações quando baseada em bandas de frequências fixas, que podem não refletir adequadamente a variabilidade individual nem a reduçao progressiva da frequência alfa. Método: Este estudo analisou a relação entre idade e iAPF em adultos mais velhos cognitivamente saudáveis, 81 participantes (52-87 anos), utilizando parametrização espectral com FOOOF. O iAPF foi definido como a frequência central do pico dominante no intervalo de 7 a 14 Hz após remover a componente aperiódica. Resultados: Encontrou-se uma relaçao negativa entre a idade e o iAPF, com uma reduçao do iAPF de 0.54Hz por decada. Discussão: Observou-se uma associação negativa significativa entre idade e iAPF, indicando uma diminuição progressiva da frequência alfa ao longo do envelhecimento, consistente em análises de validação. A variabilidade interindividual sugere a influência de múltiplos fatores adicionais.

---

2. Modelação de sujeitos in silico com défice cognitivo e doença de Alzheimer através de Large Language Models

María Agudo Juan (1), Daniel Cordeiro (2,3), Rubén Pérez-Élvira (1,2,3), David Wöbbeking (1,3) & Carlos Aznarez (2,3)

(1) NEPSA Rehabilitación Neurológica, Espanha
(2) Universidade Pontifícia de Salamanca (UPSA), Espanha
(3) Computational and Translational Neuroscience Lab (CTN Lab), Espanha

mjagudojuan@gmail.com

Introdução: Os grandes modelos de linguagem (LLM) poderão funcionar como plataformas in silico para estudar biomarcadores digitais do défice cognitivo. Este trabalho avaliou se o GPT-4o-mini consegue simular perfis neuropsicológicos graduais compatíveis com envelhecimento saudável, défice cognitivo ligeiro (DCL) e doença de Alzheimer (DA), e se esses défices refletem limitações arquitetónicas mais do que simples artefactos de papel. Métodos: Foram geradas coortes sintéticas de 10 sujeitos por grupo (controlo, DCL amnésico e DA ligeira) e aplicada uma bateria conversacional com provas de memória episódica, amplitude de dígitos, fluência verbal, orientação, nomeação, compreensão e narrativa autobiográfica. Num segundo ensaio, manipulou-se o contexto do prompt em sujeitos com DA em três condições: breve, biográfica enriquecida e com exemplos. Resultados: Observou-se um gradiente cognitivo significativo em 8 de 13 domínios, com padrão controlo > DCL > DA. Os sujeitos com DA apresentaram pior memória episódica, mais intrusões e narrativas mais curtas. As tarefas estruturadas mantiveram-se estáveis perante a manipulação do prompt, enquanto as generativas foram sensíveis ao contexto. Os prompts biográficos aumentaram as intrusões, sugerindo interferência semântica. Conclusões: Os LLM podem modelar perfis plausíveis de défice cognitivo e servir como banco de ensaio in silico para biomarcadores digitais candidatos.

---

3. Entropia Espectral de Fontes EEG na Doença de Alzheimer: Localização com sLORETA e Classificação por Machine Learning

Carlos Aznárez (1,3), Rubén Pérez-Élvira (1,2,3), María Agudo Juan (2), Daniel Cordeiro (1,3) & David Wöbbeking (2,3)

(1) Universidade Pontifícia de Salamanca (UPSA), Espanha
(2) NEPSA Rehabilitación Neurológica, Espanha
(3) Computational and Translational Neuroscience Lab (CTN Lab), Espanha

caznarezgo@upsa.es

Introdução: A doença de Alzheimer continua sem marcadores neurofisiológicos não invasivos validados para uso clínico de rotina. O EEG em repouso é acessível e oferece elevada resolução temporal, mas a análise tradicional fornece informação limitada sobre a origem anatómica das alterações. Com localização de fontes por sLORETA, este estudo avaliou diferenças entre doentes com DA e controlos saudáveis (CS) e testou a classificação por machine learning (ML) baseada na entropia espectral. Método: Analisaram-se dados de EEG em repouso de 65 participantes (36 DA, 29 CS). O sLORETA exportou amplitudes espectrais para 6239 voxels e 108 ROIs em seis bandas de frequência. Calculou-se, por ROI, um índice de entropia espectral inter-

banda e treinaram-se cinco modelos de ML com validação cruzada. Resultados: Os classificadores apresentaram desempenho variável. O MLP foi o mais equilibrado, com 76,5% de precisão no teste, precisão de 77,8%, recall de 77,8% e F1=0,778. O Gradient Boosting obteve o maior recall (88,9%), mas menor precisão (66,7%). O Random Forest teve a melhor precisão média na validação cruzada (70,7%±8,6%), mas generalizou pior no teste (58,8%), tal como o SVM (CV=70,2%; teste=47,1%), refletindo instabilidade esperada em amostras pequenas. Discussão: A entropia espectral permitiu uma classificação exploratória acima do acaso, mas é necessária replicação em amostras maiores antes da aplicação clínica.

---

4. Diferenças na cordância cerebral entre envelhecimento saudável, défice cognitivo ligeiro e doença de Alzheimer

David Wöbbeking (1,3), Carlos Aznárez (2,3), Rubén Pérez-Élvira (1,2,3), María Agudo Juan (1) & Daniel Cordeiro (2,3)

(1) NEPSA Rehabilitación Neurológica, Espanha
(2) Universidade Pontifícia de Salamanca (UPSA), Espanha
(3) Computational and Translational Neuroscience Lab (CTN Lab), Espanha

dwobbeking@gmail.com

Introdução: A cordância no EEG, ao integrar potência espectral absoluta e relativa, pode refletir de forma sensível o estado funcional cortical. Contudo, o seu papel no contínuo entre envelhecimento saudável, défice cognitivo ligeiro (DCL) e doença de Alzheimer (DA) permanece pouco claro. Este estudo avaliou se medidas de carga derivadas da cordância permitem discriminar entre estes grupos. Métodos: Foram analisados EEG de repouso de 200 participantes classificados como controlos saudáveis, DCL ou DA. A cordância foi calculada canal a canal com montagem padrão 10–20, derivando-se métricas de carga com preservação do sinal para evitar cancelamentos entre valores concordantes e discordantes. Testaram-se três hipóteses primárias: aumento da carga discordante teta parietal e occipital na DA e redução da carga concordante alfa occipital na DA. Ajustaram-se modelos lineares robustos com grupo diagnóstico como fator principal e idade e escolaridade como covariáveis. Resultados: Observaram-se efeitos significativos do grupo nas três variáveis primárias após ajustamento para covariáveis e comparações múltiplas. A DA apresentou maior carga discordante teta posterior e menor carga concordante alfa occipital do que os controlos e o grupo DCL. O DCL mostrou um perfil mais próximo do envelhecimento saudável. Conclusões: A DA associa-se a um padrão posterior de maior discordância teta e menor concordância alfa occipital, com potencial valor como biomarcador.

---

5. Sonoluminografia como biomarcador computacional na doença de Alzheimer

Rubén Pérez-Élvira (1,2,3), María Agudo Juan (1), David Wöbbeking (1,3), Carlos Aznárez (2,3) & Daniel Cordeiro (2,3)

(1) NEPSA Rehabilitación Neurológica, Espanha
(2) Universidade Pontifícia de Salamanca (UPSA), Espanha

(3) Computational and Translational Neuroscience Lab (CTN Lab), Espanha

rperezel@upsa.es

Introdução: A doença de Alzheimer (DA) requer biomarcadores acessíveis, não invasivos e sensíveis a alterações neurofisiológicas precoces. Este trabalho apresenta uma abordagem biomimética que transforma sinais EEG em som, vibração e padrões visuais projetados por laser, com o objetivo de explorar novas assinaturas dinâmicas associadas à doença. Método: Foram analisados EEG em repouso, com olhos fechados, de 36 doentes com DA e 29 controlos saudáveis. Após a média dos sinais por grupo, os EEG sintéticos foram sonificados por mapeamento direto e reproduzidos num dispositivo físico composto por altifalante, membrana vibratória, espelho e projeção laser. As projeções foram registadas em vídeo e processadas por extração de fotogramas, binarização adaptativa, filtragem morfológica e mascaramento por contorno. Resultados: Dos padrões extraíram-se descritores quantitativos, incluindo área ativa, entropia espacial, dimensão fractal e dinâmica do centróide. Um classificador Random Forest treinado com estas variáveis alcançou uma exatidão de 85% e AUC de 0,93 na discriminação entre DA e controlos. Conclusão: Estes resultados apoiam a viabilidade da "sonoluminografia" como prova de conceito e sugerem que a sonificação do EEG combinada com projeção vibratória e análise computacional pode revelar informação neurofisiológica relevante não captada por métodos convencionais.

SIMPÓSIO 6 - ENVELHECER COMO PROJETO DE FUTURO: HORIZONTES E DESAFIOS EM PSICOLOGIA CLÍNICA E DA SAÚDE

Coordenadora e moderadora: Rosa Marina Afonso, Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior

O envelhecimento, entendido como um processo dinâmico e multidimensional, pode ser concebido como um verdadeiro projeto de futuro, marcado por desafios, mas também por oportunidades de desenvolvimento e bem-estar. No âmbito da Psicologia Clínica e da Saúde, torna-se fundamental compreender os fatores que influenciam a adaptação ao longo do envelhecimento, bem como promover intervenções que favoreçam a qualidade de vida. Este simpósio reúne um conjunto de estudos que exploram diferentes dimensões do envelhecimento, incluindo a transição para a reforma, o impacto das alterações climáticas, os contextos territoriais, a vivência da solidão e o desenvolvimento de intervenções de promoção da saúde e prevenção do declínio cognitivo. A partir de abordagens teóricas, revisões da literatura e estudos empíricos, são analisados fatores de risco e proteção associados ao bem-estar psicológico. Globalmente, estas comunicações contribuem para uma reflexão integrada sobre o envelhecimento na contemporaneidade, reforçando a importância de uma abordagem preventiva, contextualizada e centrada na pessoa, que valorize a autonomia, o sentido de futuro e o bem-estar ao longo do ciclo de vida.

---

1. Fatores associados ao bem-estar na reforma: desenho de estudo de revisão sistemática da literatura

Daniela Sabino (1), Maria Miguel Barbosa (1,2), Magda Roberto (3) & Rosa M. Afonso (1,2)

(1) Universidade da Beira Interior, Portugal
(2) RISE, Health UBI, Portugal
(3) Universidade de Lisboa

daniela.sabino@ubi.pt

A reforma é, atualmente, considerada um processo complexo, gradual e idiossincrático, em vez de um evento singular que ocorre na vida das pessoas. A literatura evidencia que, enquanto alguns indivíduos vivenciam esta fase como uma oportunidade de investimento pessoal e libertação do stress associado ao contexto laboral, para outros esta transição acarreta sentimentos de ambivalência, ansiedade, medo, depressão e perda profunda. Desta forma, a presente revisão sistemática tem como objetivo identificar fatores de risco e de proteção associados ao bem-estar na reforma. Nesta revisão, serão incluídos estudos qualitativos e quantitativos, publicados entre 2015 e 2026, em inglês ou português, envolvendo reformados com 55 ou mais anos. A pesquisa será realizada nas bases de dados Scopus, PsycInfo, EBSCO e b-on, com recurso às palavras-chave reform*, bem-estar psicológico, saúde mental, ajustamento e adaptação (retir*, psychological well-being, mental health, adjustment e adaptation) identificadas no título ou resumo. Caso os estudos quantitativos apresentem homogeneidade em termos de design, participantes e resultados, será realizada uma meta- análise. No caso dos estudos qualitativos, será conduzida uma análise temática. No que concerne à extração de dados e à avaliação da qualidade metodológica, estas serão conduzidas por dois investigadores independentes, utilizando os instrumentos Cochrane RoB- 2, ROBINS-I V2 e CASP. A qualidade da evidência será avaliada através do GRADE. Espera- se que esta revisão contribua para uma compreensão integrada dos fatores associados ao bem-estar na reforma, identificando lacunas na literatura e orientando futuras intervenções que melhorem a qualidade de vidas dos reformados

---

2. Alterações Climáticas e Envelhecimento: uma revisão narrativa da literatura

Juliana Gonçalves (1,2), Ana Saraiva Amaral (1,2), Daniel Morgado (3) & Rosa Marina Afonso (1,2)

(1) Universidade da Beira Interior, Portugal
(2) RISE, Health UBI, Portugal
(3) Beira Serra, Portugal

juliana.goncalves@ubi.pt

As alterações climáticas constituem um dos principais desafios globais para a saúde humana, com particular impacto em populações vulneráveis, nomeadamente adultos com 60 ou mais anos. Este grupo apresenta maior suscetibilidade devido a fatores associados ao processo de envelhecimento e ao contexto psicossocial. Esta revisão narrativa visa sintetizar o impacto psicológico das alterações climáticas em adultos com 60 anos ou mais, com enfoque nas dimensões emocionais, cognitivas e

psicossociais. Foi conduzida uma revisão narrativa da literatura, orientada para a identificação de evidência relevante em bases de dados científicas internacionais. A seleção dos estudos teve como base a relevância temática, atualidade e adequação ao objeto de estudo. Contudo, reconhece-se como limitação o potencial viés de seleção inerente a revisões não sistemáticas, tendo sido adotados critérios de inclusão para mitigar esse efeito. Os estudos analisados indicam associações entre alterações climáticas e o aumento da sintomatologia ansiosa e depressiva, stress pós-traumático, perturbações de sono e preocupações com o futuro, incluindo ecoansiedade. Identificaram-se, ainda, impactos a nível das relações sociais. Programas de envolvimento comunitário, como o voluntariado ambiental, mostram efeitos positivos no bem-estar psicológico, na generatividade e no apoio social percebido. A revisão evidencia as alterações climáticas como determinante da saúde mental nos adultos mais velhos, sublinhando a importância do desenvolvimento de ferramentas de avaliação e estratégias de intervenção psicológica que promovam o bem-estar e o envolvimento comunitário.

---

3. Envelhecer é Habitar o Tempo: Bem-Estar Psicológico em Territórios de Baixa Densidade — Revisão Narrativa da Literatura

Ana Margarida Jerónimo (1,2), Ana Saraiva Amaral (1,2), Feliciano Villar (3) & Rosa Marina Afonso (1,2)

(1) Universidade da Beira Interior, Portugal
(2) RISE, Health UBI, Portugal
(3) University of Barcelona

ana.margarida.l.jeronimo@gmail.com

O envelhecimento, enquanto fenómeno multidimensional ao longo do ciclo de vida, constitui um desafio central para as sociedades contemporâneas, particularmente em territórios de baixa densidade populacional. Nestes contextos, a dispersão geográfica, o isolamento social e o acesso limitado a serviços configuram condições estruturais com impacto no bem-estar psicológico. O presente estudo tem como objetivo analisar criticamente a literatura científica (teórica e empírica) sobre o envelhecimento em territórios de baixa densidade, procurando compreender de que forma fatores individuais, sociais e contextuais influenciam o bem-estar psicológico. Para o efeito, foi realizada uma revisão narrativa da literatura, orientada para o enquadramento teórico do fenómeno e para a identificação de principais linhas de investigação. A seleção dos estudos baseou-se na relevância temática e atualidade científica, privilegiando publicações indexadas em bases de dados internacionais. Não obstante, reconhece-se como limitação o potencial viés de seleção inerente a revisões não sistemáticas, tendo sido adotados critérios de inclusão explícitos (ex.: foco em envelhecimento, bem-estar psicológico e estudos em territórios de baixa densidade populacional) para mitigar este efeito. A análise da literatura, inclui estudos relevantes e evidencia a relevância de dimensões como redes de suporte social, atitudes face ao envelhecimento, solidão e recursos psicológicos, bem como a escassez de estudos centrados em territórios de baixa densidade. Pretende-se contribuir para uma compreensão mais integrada do envelhecimento, valorizando o território como importante fator do bem-estar psicológico.

4. Solidão na idade adulta: implicações e especificidades na velhice

Edna Moniz (1,2), Luís Pires (1,3), Célia Barreto (4) & Rosa Marina Afonso (1,2)

(1) Universidade da Beira Interior, Portugal
(2) RISE, Health UBI, Portugal
(3) Universidade de Coimbra, Portugal
(4) Universidade dos Açores, Portugal

ednamoniz11@hotmail.com

A solidão constitui uma experiência psicológica complexa e multidimensional ao longo do ciclo de vida, assumindo particular relevância na idade adulta e, sobretudo, na velhice. O estudo da solidão em diferentes contextos geográficos permite compreender de que forma fatores ambientais, sociais e culturais influenciam a sua vivência. O presente trabalho tem como objetivo analisar a vivência psicológica da solidão na idade adulta, com especial enfoque nas suas implicações e especificidades na velhice, a partir de um estudo quantitativo, comparativo e transversal. A amostra é constituída por 1200 participantes, distribuídos equitativamente por dois subgrupos: residentes na Ilha de São Miguel (n = 600) e no Portugal Continental (n = 600), com idades compreendidas entre os 18 e 78 anos (M = 37.67; DP = 16.46), divididas em quatro faixas etárias (18 – 30 anos; 31 – 59 anos; 60 – 74 anos; 75 e mais anos de idade). Foram analisadas diferenças na vivência da solidão em função de variáveis sociodemográficas, bem como a sua relação com o suporte social, a autocompaixão, o neuroticismo, os sintomas psicopatológicos e as estratégias de coping. Procurou-se ainda identificar padrões de associação entre estas variáveis nos contextos insular e continental. Os resultados evidenciam diferenças significativas na vivência psicológica da solidão entre os dois contextos, bem como variações ao longo das diferentes fases da idade adulta, com particular destaque para a velhice, onde a solidão assume contornos mais complexos e associados a fatores de vulnerabilidade psicossocial. Ambos os contextos apresentam níveis moderados de solidão, em que no contexto insular existe maior conetividade relacional e coletiva, mas também mais sintomas psicopatológicos. Estes resultados reforçam a importância de considerar as especificidades contextuais e desenvolvimentais na compreensão da solidão, sublinhando a necessidade de intervenções diferenciadas e ajustadas às características da população mais velha.

---

5. Programa REMINDER: Da Viabilidade ao Ensaio Clínico Randomizado

Catarina Baptista (1), Margarida Pedroso Lima (1,2), Rosa Marina Afonso (3,4) & Ana Rita Silva (1,2)

(1) Universidade de Coimbra, Portugal
(2) Center for Research in Neuropsychology and Cognitive and Behavioural Intervention – CINEICC, Portugal
(3) Universidade da Beira Interior, Portugal
(4) RISE, Health UBI, Portugal

catarinalbbaptista23@gmail.com

Estudos de viabilidade são fundamentais para otimizar intervenções complexas em contextos reais. O REMINDER é um programa de intervenção multimodal estruturado em sessões que visa a promoção da saúde e a redução do risco de demência em pessoas com 60 ou mais anos. Um estudo prévio de viabilidade do programa REMINDER, realizado em estruturas residenciais e centros de dia, identificou limitações como baixo recrutamento (37,5%), elevada exclusão cognitiva (45% pelo MMSE) e dificuldades de usabilidade. Este estudo teve como objetivo avaliar se adaptações ao programa e ao desenho do estudo, implementadas num ensaio clínico randomizado por clusters, melhoraram a viabilidade, inclusão, adesão e impacto psicossocial. Foram comparadas as fases de viabilidade e do ensaio clínico. As adaptações ao desenho do estudo incluíram o alargamento dos critérios de inclusão a pessoas com défice cognitivo ligeiro e a implementação de um ensaio clínico randomizado por clusters com follow-up e avaliação cega dos outcomes. As adaptações ao programa incluíram a simplificação da linguagem, o aumento do número de atividades grupais e a adaptação dos materiais às características sensoriais e funcionais dos participantes. No ensaio clínico, 105 participantes foram avaliados, 90 elegíveis e 85 incluídos (taxa de recrutamento de 81%), com redução da proporção das exclusões cognitivas para 11,4%. Os dados evidenciaram elevada adesão e participação (média de 18 sessões em 20), bem como elevada satisfação e perceção de utilidade do programa. Conclui-se que adaptações baseadas em evidência melhoraram significativamente a viabilidade, aceitabilidade e impacto do programa, reforçando a importância de processos iterativos na implementação de intervenções em contexto real.

SIMPÓSIO 7 - ENVELHECIMENTO, DEFICIÊNCIA INTELECTUAL E CAPACIDADE DE DECISÃO EM SAÚDE: DESAFIOS PARA A PSICOLOGIA CLÍNICA E DA SAÚDE

Coordenadora e moderadora: Rosa Marina Afonso, Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior

O envelhecimento coloca desafios relevantes à Psicologia Clínica e da Saúde, particularmente no que respeita à promoção da autonomia e à adequação dos cuidados. Este simpósio reúne estudos que abordam duas áreas complementares: o envelhecimento de pessoas com deficiência intelectual (DI) e a capacidade de decisão em saúde em adultos mais velhos. A primeira linha centra-se nas especificidades do envelhecimento na DI, explorando a vivência do processo, as questões identitárias e os desafios associados aos cuidados formais, incluindo a sobrecarga dos cuidadores, limitações institucionais e a necessidade de abordagens centradas na pessoa. A segunda linha foca-se na avaliação da capacidade de decisão em saúde, analisando o papel do funcionamento cognitivo e da sintomatologia emocional, bem como a relevância de instrumentos de avaliação que possam suportar a para a prática clínica. Este simpósio pretende promover uma reflexão integrada, contribuindo para o desenvolvimento de práticas mais éticas, informadas e ajustadas, que favoreçam a autonomia, a dignidade e o bem-estar psicológico na idade adulta e na velhice.

---

1. Envelhecimento e Deficiência Intelectual: um estudo qualitativo com cuidadores formais

Rita Colaço (1), Rosa Marina Afonso (1,2) & Maria Miguel Barbosa (1,2)

(1) Universidade da Beira Interior, Portugal
(2) RISE, Health UBI, Portugal

rita.c.carvalho@ubi.pt

O aumento da longevidade das Pessoas com Deficiência Intelectual (DI), aliado às especificidades do seu envelhecimento, frequentemente precoce, reforça a necessidade de desenvolver cuidados ajustados. Este estudo qualitativo recorreu a grupos focais com cuidadoras formais (n = 8) para explorar a perceção sobre o envelhecimento e cuidados a Pessoas com DI. Os resultados evidenciam uma perceção de maior longevidade e consequente complexificação do processo de envelhecimento das Pessoas com DI marcado por modificações multidimensionais ao nível social, físico, cognitivo e emocional que podem agravar-se com a existência de comorbilidades. Em relação aos cuidados, os resultados relevaram dificuldades no processo de cuidar, a existência de sobrecarga física e emocional, contraposta a sentimentos de realização e gratificação. Adicionalmente, foram evidenciados, constrangimentos institucionais na implementação de Atenção Centrada na Pessoa, inadequação das respostas sociais e escassa informação científica na área. Os resultados descritos alinham-se com a literatura prévia, reforçando a necessidade de desenvolver conhecimento científico na área e investir em recursos humanos, na formação profissional e nas estruturas sociais para proporcionar melhor cuidado, bem-estar e qualidade de vida às pessoas com DI.

---

2. Identidade e envelhecimento na deficiência intelectual: estudo qualitativo sobre cuidados formais

Diana Rita Azevedo (1), Rosa Marina Afonso (1,2) & Maria Miguel Barbosa (1,2)

(1) Universidade da Beira Interior, Portugal
(2) RISE, Health UBI, Portugal

diana.azevedo@ubi.pt

O envelhecimento progressivo das pessoas com Deficiência Intelectual (DI) envolve questões complexas relacionadas com a identidade e com os cuidados formais prestados e experienciados. Este estudo qualitativo, baseado em dois grupos focais com 10 profissionais de diferentes áreas, explora o envelhecimento e a identidade da pessoa com DI e os cuidados formais através de uma análise temática. Os resultados mostram que o envelhecimento das pessoas com DI é percecionado como mais precoce e heterogéneo do que na população geral. As principais necessidades identificadas foram emocionais (afeto e segurança) e médicas (cuidados especializados contínuos). A dimensão da identidade foi pouco explorada pelos profissionais, revelando uma limitada consciência da sua importância. Consideram que a identidade destas pessoas é fortemente influenciada pelos outros e que existe uma perceção reduzida do próprio envelhecimento. Os resultados evidenciam que práticas paternalistas e atitudes

infantilizadoras surgem como barreiras ao desenvolvimento da identidade, enquanto abordagens centradas na pessoa favorecem a sua manutenção. O estudo destaca a necessidade de integrar a identidade nos cuidados formais, promovendo práticas mais individualizadas, melhorando a qualidade dos cuidados prestados e salientando a relevância do estudo do processo de envelhecimento e sentido de identidade da pessoa com DI para a atualidade.

---

3. Tomada de decisão na saúde em pessoas mais velhas com deficiência intelectual

Joana Gonçalves (1,2), Rosa Marina Afonso (1,2) & Ana Saraiva Amaral (1,2)

(1) Departamento de Psicologia e Educação, Universidade da Beira Interior, Portugal
(2) RISE-Health Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Departamento de Psicologia e Educação da Universidade da Beira Interior

joana.vitoria.neves.goncalves@ubi.pt

A tomada de decisão em saúde em pessoas mais velhas com deficiência intelectual (DI) é um processo desafiante na prática clínica, sendo que, as recomendações apontam para a importância de considerar a pessoa com DI como parte integrante e ativa. Considerando a escassez de investigações sobre este tema, o presente estudo teve como objetivo de analisar de que forma os as pessoas são envolvidas nos processos de tomada de decisão e como pode ser promovida a sua participação. Foi realizado um estudo qualitativo, com recurso a dois grupos focais realizados online, com um total de 8 participantes. Foram incluídos no estudo profissionais de saúde que trabalhassem com pessoas mais velhas com DI há mais de 6 meses. Após a transcrição, foi realizada uma análise temática por dois investigadores independentes. A análise dos dados resultou em quatro temas principais: Tomada de decisão na Saúde; Barreiras ao envolvimento da pessoa com DI na tomada de decisão; Facilitadores e estratégias que promovem o envolvimento da pessoa com DI na tomada de decisão; Questões legais. Este estudo sugere a importância de estimular a participação de pessoas mais velhas com DI nas decisões acerca da sua saúde. Os resultados alertam para a necessidade de refletir acerca das práticas adotadas em função do regime legal vigente, bem como da implementação de estratégias que permitam a promoção da autonomia, diminuído as práticas de substituição na tomada de decisão ainda prevalentes.

---

4. Estudo da Fiabilidade Interavaliadores do IAC-Saúde

Mariana Ferreira Rodrigues (1), Emília Costa Santos (1), Rosa Marina Afonso (1,2) & Ana Saraiva Amaral (1,2)

(1) Departamento de Psicologia e Educação da Universidade da Beira Interior
(2) RISE-Health Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Departamento de Psicologia e Educação da Universidade da Beira Interior, Portugal

mariana.f.rodrigues@ubi.pt

Com o aumento da esperança média de vida, tem sido também observado um aumento da prevalência de demência. No âmbito da avaliação psicológica, tal tem refletido a necessidade de desenvolvimento de instrumentos que permitam a avaliação da capacidade. Neste âmbito, este estudo quantitativo teve como objetivo analisar a fiabilidade interavaliadores do Instrumento de Avaliação da Capacidade em Saúde (IAC-Saúde), bem como descrever características cognitivas e emocionais dos participantes. A investigação incluiu 60 adultos com 60 ou mais anos, sem défice cognitivo e escolaridade realizada em Portugal. O protocolo de investigação, incluiu o IAC-Saúde, MoCA, IAFAI, GAI e GDS. O IAC-Saúde foi cotado de forma independente por dois avaliadores. Os resultados revelaram uma correlação forte entre pontuações ($rs = .865$; $p < .001$) e o coeficiente de correlação intraclasse indicou boa fiabilidade (CCI = .849). Os participantes apresentaram bom funcionamento cognitivo e baixos níveis de incapacidade funcional, ansiedade e depressão. Conclui-se que o IAC-Saúde apresenta boa consistência interavaliadores, apesar de identificadas pequenas diferenças pontuais na cotação. Estes resultados reforçam a sua utilidade na investigação e prática clínica, contribuindo para avaliações mais objetivas, padronizadas e eticamente fundamentadas da capacidade de decisão em saúde em adultos mais velhos.

---

5. Capacidade de Decisão em Saúde e Sintomatologia Depressiva e Ansiógena

Emília Costa Santos (1,2), Mariana Ferreira Rodrigues (1), Rosa Marina Afonso (1,2) & Ana Saraiva Amaral (1,2)

(1) Departamento de Psicologia e Educação da Universidade da Beira Interior
(2) RISE-Health Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Departamento de Psicologia e Educação da Universidade da Beira Interior, Portugal

emilia.santos@ubi.pt

A avaliação da capacidade de decisão é um elemento central na prestação de cuidados de saúde, particularmente num contexto de envelhecimento populacional. O aumento da longevidade associa-se frequentemente a alterações no funcionamento cognitivo, podendo influenciar a autonomia dos indivíduos. Contudo, a capacidade de decisão não depende exclusivamente da cognição, sendo também afetada por fatores emocionais e clínicos, como perturbações psiquiátricas e outras condições médicas. Este estudo teve como objetivo analisar a capacidade de decisão em saúde, o desempenho cognitivo e a presença de sintomatologia depressiva e ansiosa em adultos mais velhos. A amostra integrou 60 participantes com idade igual ou superior a 60 anos, sem défice cognitivo identificado e com escolaridade realizada em Portugal. A avaliação incluiu os instrumentos IAC-Saúde, MoCA, IAFAI, GAI e GDS. Os resultados evidenciaram uma correlação estatisticamente significativa entre a capacidade de decisão e o desempenho cognitivo, não se verificando associação significativa com sintomas depressivos ou ansiosos. Observou-se, contudo, uma forte relação entre depressão e ansiedade. Estes achados sugerem que a decisão em saúde resulta da interação entre variáveis sociodemográficas, cognitivas e emocionais, destacando a necessidade de abordagens multidisciplinares e estratégias preventivas que promovam o funcionamento cognitivo e o bem-estar psicológico.

SIMPÓSIO 8 - MARCADORES NEUROFISIOLÓGICOS DE VULNERABILIDADE PARA A PSICOPATOLOGIA - CONTRIBUTOS DA ABORDAGEM TRANSDIAGNÓSTICA

Coordenadora: Rita Pasion, Universidade Lusófona, HEI-LAB.

Moderador: Tiago Oliveira Paiva, Universidade Lusófona, HEI-LAB.

Objetivos: Este simpósio tem como objetivo refletir no potencial clínico de diversos marcadores neurofisiológicos no domínio da Electroencefalografia (EEG) na identificação de perfis de vulnerabilidade para problemas de saúde mental. Pretende-se analisar de que forma diferentes dimensões psicopatológicas - de cariz transdiagnóstico - se associam a processos neurocognitivos - como o processamento de recompensa, o erro de predição sensorial, o controlo inibitório e a intercepção. Relevância: O modelo Hierarchical Taxonomy of Psychopathology (HiTOP), de formulação transdiagnóstica, é o quadro teórico que orienta o simpósio. Enquanto novo modelo de classificação empiricamente derivado, o HiTOP mede diferentes dimensões da psicopatologia num contínuo de severidade, facilitando uma compreensão mais precisa e integrada de mecanismos neurobiológicos comuns a diferentes perturbações. Tal é crucial para mapear trajetórias diferenciais de vulnerabilidade e resposta ao tratamento no domínio da Psicologia Clínica e da Saúde. Sumário: O simpósio integra 5 comunicações que utilizam métricas avançadas de EEG para explorar a saúde mental numa perspetiva transdiagnóstica: 1. Na 1a comunicação é discutida a dissociação do componente cerebral P3 como mecanismo associado a dimensões transdiagnósticas de Internalização e Mania numa tarefa de recompensa monetária. 2. Na 2a comunicação é apresentada a dissociação do componente cerebral MMN como marcador de erro de predição nos espectros do autismo e da esquizofrenia. 3. Na 3a comunicação é explorada a relação entre potenciais evocados cardíacos e sintomas transdiagnósticos de internalização (depressão e ansiedade) e alexitimia. 4. Na 4a comunicação é analisada o impacto da psicopatologia e da idade na modulação do P3/LPP durante tarefas de controlo inibitório e atenção seletiva. 5. A 5a comunicação conclui o simpósio, apresentando novas métricas de EEG (ex: entropia e fragmentação do sinal) que revelam assinaturas eletrofisiológicas distintas para dimensões transdiagnósticas de internalização.

1. Dissociação do P3 como mecanismo transdiagnóstico numa tarefa de recompensa monetária

Inês Macedo, Rita Pasion, Catarina Botelho & Patrícia Braga

HEI-LAB, Universidade Lusófona, Centro Universitário do Porto, Portugal

macedo.iines@gmail.com

A literatura tem destacado o potencial clínico do EEG e dos Potenciais Relacionados com Eventos (ERPs) como indicadores de processos cognitivos e afetivos frequentemente alterados na psicopatologia. A integração destas medidas neurofisiológicas com abordagens transdiagnósticas, como o HiTOP, constitui uma via

promissora para compreender a relação entre funcionamento cerebral e saúde mental. Este estudo analisou a associação entre dimensões clínicas de carácter transdiagnóstico e o P3 numa tarefa de recompensas monetárias. Método: 60 jovens adultos (50% fem.) completaram o Inventário Breve de Sintomas e o HiTOP Self-Report, bem como a tarefa Monetary Incentive Delay enquanto era realizado o registo de EEG. Resultados: As dimensões do HiTOP conseguiram prever a modulação de P3 na condição neutra de antecipação. Pontuações mais elevadas na dimensão transdiagnóstica de Internalização associaram-se a menores amplitudes de P3, enquanto a dimensão Mania se associou a maiores amplitudes. Conclusão: Os resultados sugerem, de forma preliminar associações entre uma característica temporal do EEG (P3) e dimensões transdiagnósticas da psicopatologia. Tal reforça o potencial das abordagens dimensionais na investigação de marcadores neurofisiológicos do funcionamento mental. Estudos futuros serão necessários para confirmar estes resultados e clarificar possíveis aplicações futuras na avaliação e intervenção em contexto clínico.

---

2. Dissociação do MMN nos Espectros do Autismo e da Esquizofrenia

Prune Mazer (1,2,3), Rita Pasion (4,2), Celeste Silveira (3,5) & Fernando Ferreira-Santos (1)

(1) Escola Superior de Saúde, Instituto Politécnico do Porto, Portugal
(2) Laboratório de Neuropsicofisiologia, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade do Porto, Portugal
(3) Faculdade de Medicina, Universidade do Porto, Portugal
(4) HEI-LAB, Universidade Lusófona, Centro Universitário do Porto, Portugal
(5) Serviço de Psiquiatria, Centro Hospitalar Universitário de São João, Portugal

mzp@ess.ipp.pt

O Mismatch Negativity (MMN) é um componente de potenciais relacionados com eventos (ERP), associado a violações de predições sensoriais. Concretamente, no âmbito do Processamento Preditivo o MMN é entendido como um correlato do erro de predição que parece estar alterado - ao nível transdiagnóstico - nos espectros do autismo (PEA) e da esquizofrenia (ESQ). Este estudo examinou a amplitude do MMN como marcador neurofisiológico destes espectros, numa variação desde o normativo-subclínico (amostra comunitária sem diagnóstico com variação de traços de esquizotipia e autismo) ao clínico (diagnóstico formal por profissional de saúde). Método: Uma amostra comunitária (N=122) e clínica (PEA=31; ESQ=30) completou um conjunto de tarefas oddball (auditiva/visual, fácil/difícil) durante o registo EEG. Todos os participantes preencheram medidas de autorrelato de traços de autismo e esquizotipia, tendo sido ainda recolhida informação sobre o diagnóstico. Resultados: No nível subclínico, as associações foram limitadas, embora tenham emergido padrões indicativos de uma possível dissociação na modulação do MMN entre traços de autismo do domínio não social (e.g., interesses restritos) vs. social (e.g., comunicação). No nível clínico, o MMN apresentou menor amplitude na ESQ e maior amplitude na PEA, com os controlos a apresentar valores intermédios. Conclusão: A dissociação da amplitude do MMN entre grupos clínicos sugere diferentes mecanismos de sinalização do erro de predição na PEA e ESQ. Na PEA, o aumento do MMN parece ser explicado pelo domínio não social. Como tal, o MMN poderá constituir um marcador

neurofisiológico relevante para a caracterização de traços e fenótipos clínicos da PEA e ESQ.

---

3. O papel das dimensões transdiagnósticas de internalização e alexitimia na modulação dos potenciais evocados cardíacos

Patrícia Vilela Braga (1), Filipa Nunes (1), Rita Pasion (1), Tiago O. Paiva (1) & Carlos Campos (1,2)

(1) HEI-LAB, Universidade Lusófona, Centro Universitário do Porto, Portugal
(2) LabRP/CIR, E2S, Polytechnic of Porto, Porto, Portugal

patibraga96@gmail.com

Introdução: A interoceção, a capacidade de interpretar sinais internos do corpo, pode ser avaliada através dos potenciais evocados cardíacos. Este estudo tem como objetivo relacionar a modulação atencional destes potenciais com dimensões transdiagnósticas de internalização (depressão e ansiedade) e de alexitimia. Método: 26 participantes (50% fem) realizaram um EEG e ECG durante a Heartbeat Attention Task. Nos blocos exteroceptivos, os participantes foram instruídos para contar pulsos de som mais intensos integrados num ruído branco contínuo. Nos blocos interoceptivos, os participantes foram instruídos a contar os seus batimentos cardíacos, enquanto o ruído branco era apresentado. Os participantes também completaram escalas de depressão (CES-D), ansiedade de estado (STICSA-S) e alexitimia (TAS). Resultados: Os resultados da regressão linear múltipla indicam que sintomatologia ansiosa prevê, de forma positiva, a modulação atencional dos HEPs em FC1. Em contrapartida, os sintomas de alexitimia apresentam uma associação significativa e negativa com esta variável. Discussão: Os resultados demonstram que a ansiedade de estado parece potenciar a modulação atencional dos HEPs, enquanto que a alexitimia exerce o efeito contrário. Estes resultados salientam a importância de explorar como é que diferentes dimensões transdiagnósticas afetam o processamento interocetivo, de forma a aumentar a sua utilidade em contexto clínico.

---

4. Modulação do P3/LPP em dimensões da psicopatologia: o impacto da idade

Catarina Botelho (1), Carlos Campos (1,2), Inês Macedo (1), Patrícia Braga (1) & Rita Pasion (1)

(1) HEI-LAB, Universidade Lusófona, Centro Universitário do Porto, Portugal
(2) LabRP/CIR, ESS, Polytechnic of Porto, Porto, Portugal

catarina.alexandra.botelho.20@gmail.com

Introdução: No domínio dos ERPs, o P3/LPP tem sido associado a mecanismos de controlo inibitório e alocação de recursos atencionais, revelando-se particularmente útil na identificação de padrões neurocognitivos disfuncionais. O presente estudo investigou de que forma outras variáveis, que frequentemente covariam com a presença ou ausência de psicopatologia, se relacionam com a modulação do componente P3/LPP

numa tarefa de controlo inibitório e atenção seletiva. Método: 53 adultos (66% fem.) completaram um questionário de indicadores de saúde mental - presença/ausência de psicopatologia diagnosticada, tipo de tratamento e intervenção farmacológica, sintomatologia psicológica (HiTOP) - tendo-se ainda registado o sexo e idade. Durante o registo EEG, os participantes realizaram uma tarefa Flanker/Go-No- Go. Resultados: Os resultados indicam que a idade está associada a uma redução da amplitude do P3/LPP, nas condições No-Go e Go-Incongruente, acrescentando variância incremental à presença de diagnóstico clínico. Conclusão: O P3/LPP parece ser sensível a processos cognitivos dependentes da idade, salientando a importância de considerar esta variável quando se testa o P3/LPP como marcador transdiagnóstico para a vulnerabilidade de desenvolver psicopatologia.

---

5. Novas métricas de EEG/ERPs na procura de biomarcadores da saúde mental

Rita Pasion (1), Inês Macedo (1), Tiago Paiva (1), Carlos Campos (1,2), Max Hinne (3) & Inti Brazil (3)

(1) HEI-LAB, Universidade Lusófona, Centro Universitário do Porto, Portugal
(2) LabRP/CIR, ESS, Polytechnic of Porto, Porto, Portugal
(3) Donders Institute, Netherlands

rita.pasion@ulusofona.pt

Introdução: A investigação de biomarcadores no domínio do EEG em psicopatologia tem sido marcada por resultados inconsistentes. Não obstante o valor das dimensões transdiagnósticas do HiTOP para refinar estas associações, torna-se urgente explorar novas métricas de EEG que vão além dos parâmetros de ERP tradicionalmente utilizados (e.g, P3). Método: 182 adultos realizaram uma tarefa Go/No-Go com registo EEG. Dimensões transdiagnósticas da psicopatologia foram avaliadas pelo Personality Assessment Inventory. Utilizou-se a ferramenta tsfresh para extração temporal de mais de 70 características do sinal EEG (por exemplo, autocorrelação de sinal, número de picos, entropia de sinal) Resultados: A dimensão Ansiedade-Internalização revelou ter uma associação robusta à entropia, tal como indicador por modelos estatísticos bayesianos. O número de picos foi explicado pela Depressão-Internalização, bem como por um modelo transdiagnóstico baseado num fator de psicopatologia geral. Discussão: A ansiedade e a depressão apresentam assinaturas eletrofisiológicas distintas - embora ambas as métricas sejam coerentes com a maior imprevisibilidade de sinal que parece caracterizar a dimensão transdiagnóstica de internalização: a ansiedade associa-se a uma atividade menos uniforme e a depressão a uma maior fragmentação da atividade neuronal, caracterizada por flutuações rápidas. Este último indicador associou-se também ao fator geral da psicopatologia. Estes resultados reforçam o potencial das novas métricas de EEG como indicadores da vulnerabilidade psicopatológica.

SIMPÓSIO 9 - TRAJECTORIES OF AGING AND SEXUAL HEALTH: PSYCHOSOCIAL INFLUENCES FROM YOUTH TO OLDER AGE

Coordenador e Moderador: José Alberto Ribeiro-Gonçalves, Department of Psychology, University Research Center in Psychology, University of Madeira, Funchal, Portugal

This symposium aims to explore relevant factors influencing well-being across the life course, focusing on aging and sexual health in different age groups, using qualitative and quantitative approaches. It seeks to evaluate individual, behavioral, and contextual dimensions that contribute to active aging and the promotion of sexual health, as well as to understand the impact of contemporary phenomena, such as intensive use of digital networks on these processes. The relevance of the symposium is justified by the need to understand aging in an integrated and multidimensional manner, linking it to social and technological dynamics. By addressing aging planning, successful sexual aging, and emerging digital behaviors, this symposium contributes to the scientific knowledge aligned with challenges discussed at this event. The symposium includes five oral presentations, corresponding to projects currently implemented, organized to the life-course period addressed: the first presentation (1) focuses on successful sexual aging in Portuguese older adults and its relationship with sexual health variables and pet ownership. The second and third presentations focus qualitatively on (2) the multidimensional study of factors influencing the development of the aging plan in middle-aged Portuguese adults, and (3) the analysis of areas within the aging plan in which these adults invest, including aspects of sexuality and intimacy. Finally, the remaining two quantitative presentations complement the previous ones but target younger generations and incorporate digitalization variables, focusing on (4) the study of the relationship between doomscrolling and sexual health variables in Portuguese young adults according to sexual orientation, and (5) the analysis of doomscrolling's impact on sexual health in higher education students according to misinformation resilience. Together, these presentations offer an integrated and innovative perspective on health, sexual behavior, and aging.

---

1. Successful Sexual Aging and Sexual Health in Portuguese Older Adults with or Without Pets

Maria Clara Vieira Ferraz (1), Margarida Pocinho (2,3) & José Alberto Ribeiro-Gonçalves (2,3)

(1) University of Madeira, Campus da penteada, Funchal, Portugal
(2) Psychology Department, Faculty of Arts and Humanities, Funchal, Portugal
(3) University Research Center in Psychology (CUIP), University of Madeira, Funchal, Portugal

2146522@student.uma.pt

Introduction: Successful Sexual Aging (SSA) refers to a theoretical framework that explains how individuals experience sexuality positively throughout aging. This construct is grounded in adaptive processes, including cognitions, emotions, and behaviors that support well-being in later life despite physical and social changes. The SSA presents three essential dimensions: acceptance, adaptation, and opportunities. In the latter, pets can be an important resource that contributes to intimacy and emotional well-being. The present study examines whether pet ownership predicts successful

sexual aging, while considering relational and sociodemographic variables, based on the Successful Sexual Aging model. Method: A cross-sectional quantitative study will include approximately 300 participants aged 60 and older. Measures will assess sexual satisfaction, function, and sensation seeking, along with empathy toward animals, attachment to pets, successful sexual aging, and self- perception. Data will be collected via online and paper questionnaires. Results: It is expected that older adults who own pets will report higher levels of successful sexual aging and greater satisfaction with intimacy and relationships. Discussion: Findings may inform interventions promoting adaptation to age- related changes and enhancing intimacy and relationships, contributing to well- being in older adults, while introducing pets as a relevant factor in emotional and relational well-being.

---

2. Dimensions of Aging Plan Development: Multidimensional Study of Middle-Aged Portuguese Perceptions

Ana Luísa Drumond Gonçalves (1), Dora Pereira (2,3) & José Alberto Ribeiro-Gonçalves (2,3)

(1) University of Madeira, Campus da penteada, Funchal, Portugal
(2) Psychology Department, Faculty of Arts and Humanities, Funchal, Portugal
(3) University Research Center in Psychology (CUIP), University of Madeira, Funchal, Portugal

2055417@student.uma.pt

Introduction: The increasing life expectancy in Portugal does not directly imply higher levels of well-being or quality of life. Therefore, it is essential to promote Aging Plans to optimize longevity, autonomy, and quality of life, as well as economic development, and social improvement. This study aims to understand which dimensions are perceived as most important in the construction of an Aging Plan. The theoretical framework is based on the World Health Organization's Active Ageing model and Carstensen's Socioemotional Selectivity Theory. Method: This exploratory study adopts a qualitative approach. Data will be collected through semi-structured interviews with 30 adults aged 45–65. The instrument focuses on participants' perceptions regarding the development of an Aging Plan and its key dimensions. The sample is convenience and purposive, recruited through a professional network, and selected according to inclusion criteria (aged 45–65 and Portuguese- speaking). Data will be analyzed using thematic analysis. Results: It is expected that participants will identify key dimensions essential for Aging Plan construction, with economic factors likely to be prioritized. Discussion: Findings will contribute to scientific knowledge on Active and Healthy Aging Plans in Portugal. They will help identify dimensions requiring greater intervention and support the design of strategies adapted to autonomy, inclusion, and quality of life in midlife adulthood.

---

3. Factors Influencing Aging Plan Development: Exploratory Study with Middle-Aged Portuguese People

António Gil Nóbrega Rodrigues (1), Ana Lúcia Faria (2,3) & José Alberto Ribeiro-Gonçalves (2,3)

(1) University of Madeira, Campus da penteada, Funchal, Portugal
(2) Psychology Department, Faculty of Arts and Humanities, Funchal, Portugal
(3) University Research Center in Psychology (CUIP), University of Madeira, Funchal, Portugal

2029522@student.uma.pt

Introduction: Population ageing is a growing challenge in Portugal and Europe, making it essential to understand how individuals plan ageing in late adulthood. The ageing plan involves preparation of different life dimensions and is a present investment focused on future quality of life. The study explores psychosocial factors influencing the transition from intention to action, based on the WHO's active ageing model and Carstensen's socio-emotional selectivity theory. Method: An exploratory qualitative study will be conducted with 30 adults aged 45–65; data will be collected through semi-structured interviews focusing on participants' perceptions and experiences. The sample will be intentionally selected, ensuring diversity in socioeconomic background, relationship status and professional situation. Data will be analyzed using thematic analysis. Results: We expect to identify factors that promote or hinder plan preparation and to understand the gap between intention and action. Differences associated with relationship status, socio-economic context and emotional regulation strategies are anticipated, highlighting interpersonal relationships. Discussion: The findings will contribute to understanding ageing planning in Portugal, highlighting key challenges and informing future interventions and strategies for promoting healthy ageing tailored to this population.

---

4. Sexual Health and Doomscrolling: Study of Portuguese Young Adults by Sexual Orientation

Nuno Guilherme Félix Coelho (1), Nuno Rodrigues (2,3) & José Alberto Ribeiro-Gonçalves (2,3)

(1) University of Madeira, Campus da penteada, Funchal, Portugal
(2) Psychology Department, Faculty of Arts and Humanities, Funchal, Portugal
(3) University Research Center in Psychology (CUIP), University of Madeira, Funchal, Portugal

2135022@student.uma.pt

Introduction: Population ageing is a growing challenge in Portugal and Europe, making it essential to understand how individuals plan ageing in late adulthood. The ageing plan involves preparation of different life dimensions and is a present investment focused on future quality of life. The study explores psychosocial factors influencing the transition from intention to action, based on the WHO's active ageing model and Carstensen's socio-emotional selectivity theory. Method: An exploratory qualitative study will be conducted with 30 adults aged 45–65; data will be collected through semi-structured interviews focusing on participants' perceptions and experiences. The

sample will be intentionally selected, ensuring diversity in socioeconomic background, relationship status and professional situation. Data will be analyzed using thematic analysis. Results: We expect to identify factors that promote or hinder plan preparation and to understand the gap between intention and action. Differences associated with relationship status, socio-economic context and emotional regulation strategies are anticipated, highlighting interpersonal relationships. Discussion: The findings will contribute to understanding ageing planning in Portugal, highlighting key challenges and informing future interventions and strategies for promoting healthy ageing tailored to this population.

---

5. Sexual Health, Doomscrolling, and Misinformation Resilience: Study of Portuguese University Students

Teresa Maritza Gouveia da Silva (1), Nuno Rodrigues (2,3) & José Alberto Ribeiro-Gonçalves (2,3)

(1) University of Madeira, Campus da penteada, Funchal, Portugal
(2) Psychology Department, Faculty of Arts and Humanities, Funchal, Portugal
(3) University Research Center in Psychology (CUIP), University of Madeira, Funchal, Portugal

2135221@student.uma.pt

Introduction: The rapid expansion of digital technologies has reshaped information consumption, increasing exposure to negative content and fostering behaviors such as doomscrolling. Although prior research has focused mainly on its psychological consequences, less is known about individual predictors. Grounded in Social Cognitive Theory and the Theory of Motivated Information Management, this study examines sexual health as a multidimensional component of well-being that may influence emotional regulation and information-seeking behaviours. Misinformation resilience is also considered as a relevant cognitive resource in processing online content. Method: A quantitative, cross-sectional study will be conducted with 600 Portuguese university students. Data will be collected through validated self-report measures assessing sexual health indicators, doomscrolling, and misinformation resilience. Results: It is expected that lower levels of sexual health will be associated with higher levels of doomscrolling, and that misinformation resilience will significantly predict this behaviour. Discussion: This study may contribute to a more integrative understanding of digital information consumption by linking well-being and cognitive processes. Findings are expected to inform interventions in Clinical and Health Psychology, particularly in promoting adaptive self-regulation and healthier digital engagement.

SIMPÓSIO 10 – DESAFIOS EM SAÚDE MENTAL NO ENSINO SUPERIOR: DO ESTIGMA À INTERVENÇÃO

Coordenadora: Paula Carvalho, Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior

Moderadora: Ana Torres, Departamento de Psicologia e Educação, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade da Beira Interior

A saúde mental no ensino superior tem assumido crescente relevância, refletindo o aumento consistente de sintomatologia ansiosa, depressiva e de dificuldades de adaptação entre estudantes universitários. A literatura sublinha que as universidades que implementam políticas de promoção da saúde, programas de prevenção e ambientes institucionais inclusivos contribuem significativamente para o bem-estar psicológico dos estudantes. Este simpósio reúne cinco estudos que, em conjunto, oferecem uma visão abrangente dos fatores que influenciam a saúde mental dos estudantes, das barreiras à procura de ajuda e de estratégias de intervenção atualmente em desenvolvimento. Os trabalhos apresentados organizam-se em três áreas temáticas complementares. O primeiro centra-se na caracterização da saúde mental e das vulnerabilidades específicas da população universitária, incluindo a revisão sistemática sobre estudantes da CPLP, que evidencia desafios acrescidos relacionados com adaptação cultural e integração académica. A segunda área aborda as crenças e atitudes face à procura de apoio, analisando o impacto do estigma, das experiências prévias e das características sociodemográficas na forma como os estudantes percepcionam a saúde mental e acedem a serviços especializados. A terceira área integra respostas de intervenção, desde a formação de voluntários em linhas de apoio de pares até à implementação de uma intervenção cognitivo comportamental em grupo combinada com exercício físico. Em conjunto, estas comunicações oferecem uma compreensão integrada dos desafios atuais e das oportunidades de intervenção no contexto universitário, contribuindo para o desenvolvimento de estratégias de promoção da saúde mental mais inclusivas, preventivas e baseadas em evidência científica.

---

1. Saúde mental e bem-estar em estudantes universitários da CPLP: Revisão Sistemática

Rafaela Ramalho (1,2,3,4), Paula Saraiva Carvalho (1,2,3) & Ana Torres (1,2,3)

(1) Departamento de Psicologia e Educação da Universidade da Beira Interior, Portugal
(2) CIDESD- Research Center in Sports Sciences, Health Sciences and Human Development, Portugal
(3) RISE Health, Portugal
(4) Beira Serra - Associação de desenvolvimento, Portugal

rafaela.ramalho@ubi.pt

Introdução: Seguindo as guideliness PRISMA 2020, esta revisão sistemática tem como objetivo identificar os indicadores de bem-estar dos estudantes CPLP inscritos no ensino superior português e compreender como estes indicadores afetam a vida destes estudantes. Método: Os dados dos estudos transversais foram obtidos nas bases de dados Web of Science, Scopus e PubMed publicados entre Janeiro-2015 e Fevereiro-2026. Três revisores conduziram a seleção, análise e extração dos artigos, em português e inglês. Apenas foram incluídos artigos que preenchessem pelo menos 50% dos critérios do Checklist do JBI para estudos transversais. Foram integrados 12 artigos que cumpriram todos os critérios de inclusão. Resultados: Os estudos analisados

indicam que os estudantes da CPLP apresentam níveis mais elevados de sintomas ansiosos, depressivos e de solidão quando comparados com estudantes nacionais. As principais dificuldades identificadas incluem a proficiência limitada no idioma, a adaptação cultural e a adaptação ao sistema académico. Estes fatores impactam negativamente tanto a saúde mental como a capacidade de adaptação destes estudantes. As limitações dos estudos incluem o uso predominante de escalas de autorrelato, amostras reduzidas e pouco representativas e a possibilidade de viés nas respostas. Discussão: Esta RSL contribui para a compreensão da saúde mental dos estudantes CPLP e destaca a necessidade de desenvolver ferramentas que promovam o bem-estar destes estudantes.

---

2. Crenças sobre saúde mental e sintomatologia de ansiedade em estudantes da Universidade da Beira Interior

Marta Santos (1), Ana Torres (1,2,3) & Paula Saraiva Carvalho (1,2,3)

(1) Departamento de Psicologia e Educação da Universidade da Beira Interior, Portugal
(2) CIDESD- Research Center in Sports Sciences, Health Sciences and Human Development, Portugal
(3) RISE Health, Portugal

marta.alexandra.santos01@gmail.com

Introdução: Estudos recentes indicam que uma percentagem significativa de estudantes universitários apresenta sintomatologia depressiva e de ansiedade. Contudo, apenas uma minoria procura apoio profissional, sobretudo devido ao estigma associado à saúde mental e à insuficiência de recursos institucionais. Este estudo analisou a relação entre crenças negativas sobre saúde mental e sintomatologia de ansiedade em estudantes da Universidade da Beira Interior. Método: Realizou-se um estudo quantitativo e transversal com 1018 estudantes. Foram utilizados o Inventário de Crenças acerca da Doença Mental (ICDM) e a Generalized Anxiety Disorder Scale – 7 items (GAD-7). Resultados: Os resultados revelaram níveis moderados de crenças negativas sobre a doença mental e de sintomatologia ansiosa. Cerca de 48,3% dos participantes apresentaram sintomas de ansiedade clinicamente relevante. Estudantes do género masculino exibiram níveis mais elevados de crenças negativas sobre a doença mental, enquanto estudantes das Ciências Sociais e Humanas apresentaram crenças menos negativas. A ausência de acompanhamento psicológico associou-se a níveis superiores de estigma. Discussão: Os dados reforçam a necessidade de implementar programas de promoção da literacia em saúde mental e intervenções de redução do estigma, especialmente dirigidos a grupos mais vulneráveis, integrando estas ações em estratégias mais amplas de promoção da saúde mental no contexto universitário.

---

3. Crenças em saúde mental e atitudes de procura de ajuda em estudantes universitários

Vasco Fonseca (1), Paula Saraiva Carvalho (1,2,3), Jorge Gama (4) & Ana Torres (1,2,3)

(1) Departamento de Psicologia e Educação da Universidade da Beira Interior, Portugal
(2) CIDESD- Research Center in Sports Sciences, Health Sciences and Human Development, Portugal
(3) RISE Health, Portugal
(4) *Centre of* Mathematics and Applications, University of Beira Interior, Portugal

vasco.fonseca@ubi.pt

Introdução: A população universitária apresenta uma elevada prevalência de doenças mentais e, embora muitos estudantes reconheçam a necessidade de tratamento, são poucos os que procuram apoio. Este estudo teve como objetivo avaliar a relação entre as crenças sobre saúde mental e as atitudes de procura de ajuda em estudantes da UBI. Método: Estudo empírico, quantitativo e transversal envolvendo 243 estudantes que responderam a um questionário sociodemográfico, ao Inventário de Crenças acerca das Doenças Mentais (ICDM) e ao Inventário de Atitudes em Relação à Procura de Serviços de Saúde Mental (IARPSSM). Resultados: Os resultados do ICDM revelaram níveis de crenças baixos. No IARPSSM observou-se um nível aceitável de interesse em procurar ajuda profissional. Verificou-se que estudantes mais novos, do género masculino, a frequentar licenciatura, sem experiência prévia de acompanhamento psicológico e que não conheciam ninguém com doenças mentais apresentavam níveis mais elevados de estigma e de crenças discriminatórias, bem como níveis mais baixos de interesse em procurar ajuda profissional. Discussão: Estes resultados evidenciam a necessidade de intervenções direcionadas à redução do estigma e à promoção de atitudes positivas face à procura de ajuda. Os dados obtidos podem servir de base para o desenvolvimento de estratégias de promoção da saúde mental no contexto universitário.

---

4. Formação de Voluntários em Linha de Apoio de Pares no Ensino Superior

Ana Torres (1,2,3), Rafaela Ramalho (1,2,3), Catarina Matos (1), Joana Santos (1), Guilherme Fazenda (4), Carla Nascimento (1,3), Henrique Pereira (1,2), Pedro Inácio (5), Henrique Neiva (2,4), Amélia Augusto (6) & Paula Saraiva Carvalho (1,2,3)

(1) Departamento de Psicologia e Educação da Universidade da Beira Interior, Portugal
(2) CIDESD- Research Center in Sports Sciences, Health Sciences and Human Development, Portugal
(3) RISE Health, Portugal
(4) Departamento de Ciências do Desporto da Universidade da Beira Interior, Portugal
(5) Departamento de Informática da Universidade da Beira Interior, Portugal
(6) Departamento de Sociologia da Universidade da Beira Interior, Portugal

ana.carla.torres@ubi.pt

Introdução: O aumento das dificuldades de saúde mental no ensino superior tem impulsionado o desenvolvimento de intervenções baseadas no apoio entre pares. As linhas de apoio de pares constituem uma resposta acessível e preventiva, sendo a formação dos voluntários um elemento central para a sua eficácia. No entanto, a evidência empírica sobre o impacto destas formações permanece limitada. Método: Foi realizado estudo quantitativo longitudinal com desenho pré–pós-teste. A amostra incluiu 19 estudantes universitários que completaram a formação. Foram utilizados instrumentos de autorrelato para avaliar sintomatologia ansiosa (GAD-7), sintomatologia depressiva (PHQ-9), resiliência e crenças sobre a doença mental. A análise incluiu testes de Wilcoxon e correlações de Spearman. Resultados: Observou-se uma tendência de diminuição da sintomatologia ansiosa e depressiva e das crenças negativas sobre a doença mental, bem como um aumento da resiliência. Contudo, os resultados não foram estatisticamente significativos. Verificaram-se ainda associações entre maior número de sessões frequentadas e indicadores de saúde mental, sugerindo um efeito dose–resposta. Discussão: Apesar da ausência de significância estatística, os resultados preliminares apontam para o potencial benefício da formação de voluntários em linhas de apoio de pares no ensino superior. Estes dados reforçam a importância de investir em programas estruturados de capacitação, com amostras maiores.

---

5. Intervenção Cognitivo-Comportamental em Grupo com Exercício Físico para a Ansiedade em Estudantes Universitários

Beatriz Besteiros (1), Joana Santos (1), Ana Torres (1,2,3) & Paula Saraiva Carvalho (1,2,3)

(1) Departamento de Psicologia e Educação da Universidade da Beira Interior, Portugal
(2) CIDESD- Research Center in Sports Sciences, Health Sciences and Human Development, Portugal
(3) RISE Health, Portugal

beatriz.besteiros@ubi.pt

Introdução: A saúde mental dos estudantes universitários tem assumido crescente relevância, dada a elevada prevalência de sintomas de ansiedade, depressão, stress e perturbações do sono, com impacto no bem-estar e no desempenho académico. A evidência demonstra que a terapia cognitivo-comportamental (TCC) em grupo é eficaz na redução desta sintomatologia, beneficiando de fatores terapêuticos específicos do contexto grupal. O exercício físico poderá potenciar estes efeitos e melhorar a qualidade do sono. Este estudo visa avaliar a viabilidade e eficácia preliminar de uma intervenção de TCC em grupo combinada com exercício físico na redução da ansiedade, considerando ainda depressão, stress, qualidade do sono e satisfação com a vida. Método: Estudo quantitativo, com pré e pós-teste e grupo comparativo de tratamento habitual (TAU), em estudantes com sintomatologia ansiosa ligeira a moderada, referenciados pelo Gabinete de Apoio Psicológico da UBI. A intervenção integra TCC em grupo e exercício físico supervisionado. Serão utilizados instrumentos validados (GAD-7, PHQ-9, DASS-21, PSQI, HEXACO-60 e SWLS), incluindo questões abertas para recolha de dados qualitativos de natureza exploratória. Resultados: Espera-se redução da ansiedade, depressão e stress, e melhoria do sono e

satisfação com a vida no grupo de intervenção, face ao TAU. Discussão: Este estudo poderá sustentar um modelo integrado e custo-eficaz de promoção da saúde psicológica no ensino superior.