

Referência

REVISTA DE ENFERMAGEM | JOURNAL OF NURSING

SUPLEMENTO AO Nº 11 SÉRIE III

ATAS DO
1º CONGRESSO INTERNACIONAL
DE LITERACIA EM SAÚDE MENTAL

PÓSTERES | COMUNICAÇÕES ORAIS
CONFERÊNCIAS

REVISTA CIENTÍFICA DA UNIDADE
DE INVESTIGAÇÃO EM CIÊNCIAS
DA SAÚDE: **ENFERMAGEM**

SCIENTIFIC JOURNAL OF
THE HEALTH SCIENCES
RESEARCH UNIT: **NURSING**

ESCOLA SUPERIOR
DE ENFERMAGEM
DE COIMBRA

NURSING SCHOOL
OF COIMBRA

FEVEREIRO 2014

Revista Científica da Unidade de Investigação em Ciências da Saúde: Enfermagem
Scientific Journal of the Health Sciences Research Unit: Nursing
Revista Científica de la Unidad de Investigación en Ciencias de la Salud: Enfermería

A revista dirige-se a estudantes, investigadores, profissionais da área da Saúde e da Educação.
Divulga conhecimento científico produzido em Educação e Ciências da Saúde,
com impacto em ganhos em saúde e no desenvolvimento científico da enfermagem.

The journal is directed at students, researchers and professionals of the health and education area.
It disseminates scientific knowledge produced in Education and Health Sciences,
with an impact on health and on the scientific development of nursing.

La revista se dirige a estudiantes, investigadores, profesionales del área de la Salud y de la Educación. Divulga conocimiento científico producido en la Educación y las Ciencias de la Salud, con impacto sobre las ganancias en salud y sobre el desarrollo científico de la enfermería.

Indexada em:
SciELO Citation Index, Web of Knowledge, Thomson Reuters



Sistema Regional de Informação
da Universidade Nova de Lisboa
de América Latina, do Caribe, Espanha e Portugal

latindex



Projeto Regras do Jogo (PRJ): Promoção da Saúde Mental de Adolescentes em contexto Escolar

Fernanda Paula Santos Leal^{*}, Ana Ramos^{**}, Célia Cristina Casaca Soares^{***},
Fernanda Gomes da Costa^{****}, Lino Alexandre Andrade Martins dos Ramos^{*****}

Introdução: Indisciplina e violência escolar, são problemas de saúde pública com consequências na saúde física, mental e relacional/social de crianças/adolescentes. A perspectiva salutogénica ou positiva da saúde, aposta na capacitação das crianças/adolescentes para a proteção da sua saúde, aumentando fatores protetores, conferidores de bem-estar. Recente evidência reporta relação entre aumento da literacia de crianças/adolescentes em ambientes estimulantes do ponto de vista cognitivo, relacional e afetivo. O *setting* escola é privilegiado para intervir eficazmente na Promoção e Literacia em Saúde Mental.

Objetivos: Pretende-se: 1) Promover a literacia em saúde mental, dado que a implementação de programas de aprendizagem social e emocional possibilitam o desenvolvimento integral do adolescente através da promoção de competências cognitivas, sociais e emocionais; 2) Aumentar os fatores protetores de saúde dos adolescentes (autoestima, autoeficácia e resiliência) através do projeto Regras do Jogo (PRJ), desenhado de acordo com o referencial Social and Emotional Learning Programmes (SEL).

Metodologia: Elegeu-se metodologia de investigação-ação de acordo com conceção crítica da Educação para a Saúde. Esta, defende utilização de metodologias ativas que co-impliquem cada criança/adolescente na compreensão e gestão dos seus determinantes de saúde. Etapa de investigação: caracterizam-se os fatores protetores da saúde da população-alvo: adolescentes 7º ano de ensino básico, de escolas públicas. Elegeram-se as escalas: autoestima (Rosenberg), de autoeficácia (Pais Ribeiro) e Resiliência (RS-14), aplicadas antes e após a intervenção. Etapa de intervenção, consiste em 8 sessões sequenciais com os adolescentes. Em cada sessão obtêm-se dados de natureza qualitativa.

Resultados: À data de submissão deste *abstract* encontra-se a equipa de projeto na análise dos dados quantitativos. Os dados qualitativos, revelaram que o PRJ para os adolescentes foi em 52% de aprendizagem de habilidades (p.ex.) “aprendi a respeitar os outros (Ref.^a 4)”; 24% de aprendizagem em auto-ajuda: “Aprendi que devíamos ter confiança em nós” (Ref.^a 11) e, 24% de participação e diversão: “Foi divertido e diferente (Ref.^a 13)”. Gostaram de tudo 36,4%. Gostaram mais dos jogos 36,4%. Gostaram essencialmente dos momentos de reflexão 18,2% e, das dramatizações 9%. Os ganhos em saúde mental foram essencialmente expressos pelos adolescentes quanto à redução da vivência de auto e hetero-agressividade, à tomada de consciência de que têm qualidades que desconheciam e à aquisição de habilidades de maior eficácia na resolução de problemas e na gestão de conflitos com os pares: “para mim participar neste projeto foi ajudar em algumas situações e saber como resolver os nossos problemas (Ref.^a 8)”.

Conclusões: Até o momento, os resultados qualitativos da etapa de intervenção sugerem que esta foi positiva e conferidora de aprendizagens pelos adolescentes. Os resultados da etapa de investigação relativos aos fatores protetores da saúde, encontram-se em processo de análise. Estima-se no final do projeto a obtenção de ganhos em literacia em saúde mental e ganhos em saúde e bem-estar, referentes ao aumento dos fatores protetores da saúde.

Referências bibliográficas: Casel (2013). Collaborative for academic, social and emotional learning. SEL impact on students. New York: Casel. Acedido em set 16, 2013, em http://casel.org/wp-content/uploads/CS_Impacts.pdf

Durlak, J., Weissberg, R., Dymnicki, A., Taylor, R., & Schellinger K. (2011). The impact of Enhancing Students' Social and Emotional Learning: A Meta-Analysis of School-Based Universal Interventions. *J Child Develop.* 82, 405-432.

Herrman, H., et al. (2011). What is resilience? *Can J Psychiatry.* 56(5), 258–265.

http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0008/190655/e96854.pdf

World Health Organization (2013). Health literacy, the solid facts. Copenhagen: WHO, Regional Office for Europe.

* Instituto Politécnico de Setúbal, Escola Superior de Saúde - Departamento de Enfermagem, Equiparada a professora adjunta. Enfermeira Especialista em Saúde Mental e Psiquiátrica

** Instituto Politécnico de Setúbal - Escola Superior de Saúde, Enfermagem, Professor Adjunto Equiparado

*** Escola Superior de Saúde - Instituto Politécnico de Setúbal; Instituto Universitário de Lisboa (ISCTE-IUL), CIS-IUL, Ciências Sociais e Humanas; CIS-IUL, Professora-Adjunta/Coordenadora de Departamento; Investigadora [celia.soares@ess.ips.pt]

**** Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Setúbal, de Enfermagem, Professora Adjunta [fernanda.gomes@ess.ips.pt]

***** Instituto Politécnico de Setúbal - Escola Superior de Saúde de Setúbal, Enfermagem, Docente