

**Proceedings of the**  
**2<sup>nd</sup> International Congress of Health and Well-being Intervention**

Health and Well-being in the Life cycle (ICHWBI 2021)

**1<sup>st</sup> international conference on human kinesiology (ICOHK)**



**International Conference  
on Human Kinesiology**

Kinesi Lab



**28<sup>th</sup> & 29<sup>th</sup> MAY 2021**

**INSTITUTO PIAGET UNIVERSITY  
CAMPUS OF VISEU**

**Coordination by:**  
Gustavo Desouzart



**INSTITUTO  
PIAGET**

**VISEU**



**RECI**  
Research in Education and  
Community Intervention

**Proceedings of the  
2<sup>nd</sup> International Congress of Health and  
Well-being Intervention - ICHWBI 2021  
and 1<sup>st</sup> international conference on human kinesiology - 1<sup>st</sup>  
ICOHK**

**Coordination by  
GUSTAVO DESOUZART**

Instituto Piaget

Proceedings of the 2nd International Congress of Health and Well-Being Intervention - ICHWBI2021 and the 1st International Conference on Human Kinesiology – 1st ICOHK

**Author by**

Instituto Piaget

**Coordination by**

Gustavo Desouzart

**Graphic Design:** Luís Batista and Gustavo Desouzart | **Images:** Luís Batista | **Pagination:** Daniela Marins

**Edition:** Instituto Piaget

Lote 544, 2.º, Av. João Paulo II, 1950-157 Lisboa

T. 21 831 6500

Email: [info@viseu.ipiaget.pt](mailto:info@viseu.ipiaget.pt) ♦ web: <https://ipiaget.org/>

**ISBN (e-book):** 978-989-759-154-9

**Edition - November 2021**

**Editorial board**

Gustavo Desouzart

**Experts panel**

Zaida Azeredo | Adriana Lourenço | Ágata Vieira | Amândio Dias | Ana Margarida Varela | Beatriz Minghelli | Cândida Alves | Carlos Laranjeira | Carlos Tavares | Cidália Freitas | Denise Soares | Ernesto Filgueiras | Fábio Flores | Fernando Vieira | Isabel Silva | José Sousa | Joaquim Antunes | Luís Silva | Magda Guerra | Manuel Brás | Maria Correia | Maria Graça Pereira | Maria Helena Chéu | Marília Flora | Marta Leyton Roman | Miguel Fernandes | Neide Feijó | Nuno Cordeiro | Paula Rodrigues | Pedro Sá Leite | Poliana Lima | Providência Marinheiro | Rogério Rodrigues | Rosa Martins | Rui Gonçalves | Sabina Valente | Sandra Gagulic | Silvia Silva | Simone Rembold | Sónia Lopes | Valdemar Salselas | Vitor Martinho

This book contains information obtained from authentic and highly regarded sources. This is an edition made for publication of the works resulting from the ICHWBI2021 which are available on Congress website, where the reader will find a significant heterogeneity. Abstracts are ongoing or completed project-based research papers submitted by researchers from various academic degrees. This diversity is also found in the authors' scientific areas, reflecting on the variety of research themes presented at the Congress itself.

Reasonable effort has been made to publish reliable data and information, but the author and publisher cannot assume responsibility for the validity of all materials or the consequences of their use. The authors and publishers have attempted to trace the copyright holder of all material reproduced in this publication and apologize to copyright holder if permission to publish in this form has not been obtained. If any copyright material has not been acknowledged please write and let us know so we may rectify in any future reprint.

**Based on ICHWBI2021 abstracts that are available at**

<https://healthwellbeingcongress.ipiaget.org/pt-pt/abstracts>

## Enfermagem na Saúde Escolar, um Cuidado Promotor do Bem-estar dos Adolescentes

Paula Leal<sup>1</sup>, Manuel Lopes<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Professora adjunta na Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Setúbal (ESS/IPS). Doutoranda em Enfermagem, na Universidade de Lisboa/ESEL. Mestre em Saúde Escolar. Enfermeira Especialista em Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica. Investigadora no Centro Interdisciplinar de Investigação Aplicada em Saúde do IPS, colaboradora na Unidade de Investigação e Desenvolvimento em Enfermagem, de Lisboa.

<sup>2</sup> Professor Coordenador na Escola Superior de Enfermagem de S. João de Deus/Universidade de Évora. Investigador do Centro de Investigação em Ciências e Tecnologias da Saúde da Universidade de Évora; Colaborador da Unidade de Investigação e Desenvolvimento em Enfermagem, de Lisboa.

**BACKGROUND:** There is international evidence about properly characterized school nursing practice in several countries, but not in Portugal. Empirically, we recognize that there is a nursing care in portuguese school health. School nurses care with students as been characterize at physical and mental health. Particularly, mental health issues were perceived as worse in high-risk areas than in low-risk areas and the prevalence of mental health problems is increasing among children and adolescents. In that way, its necessary found out what is nursing practice at schools, with children and adolescents in our country.

**Objectives:** 1) Identified the characteristics of nurses' care process in school health with adolescents; 2) Produce substantive theory.

**Methods:** Qualitative research paradigm, Grounded Theory (GT) Method. We use several data collection techniques (interviews, observation and focus-groups) in a total of 98 participants: school nurses, teachers, adolescents students, parents, among others. The data were subjected to a systematic analysis process, using N-Vivo. At second stage we developed theoretical sample during the complex analysis process (open, axial and selective coding and constant comparison method), emerging concepts and categories that will be the body of future theory, but in this stage allowed us to partially characterize the process of school health nurses' care with adolescents. **Results:** This result refers to the first group of analysis - nurses' interviews. Data emerged inductively (theoretical sample) referring to a major concept – *Adolescents School Nurses Caring*. This concept allows us to characterize very important physical and mental health needs (from adolescents classes or individuals) but also familiar and social needs. These findings emerge from the helping requests adolescents do at school to nurses. Intervention based-Nursing Help Relationships promotes well-being of individuals and classes of adolescents. In our study we found that adolescents make help requests to nurses.

Their help request style is mostly indirect (from the students' classes or at the personal level) and takes place during the school year. Another important finding emerged through the concept of *relational difficulties in groups*, which covers a spectrum of intervention needs within the scope of raising awareness to understanding the Self and the Others in interpersonal relationships. These phenomena are relevant help requests because their existence and continuity bring repercussions on students health (physical, emotional and mental).

**Conclusions:** This nursing carefull attendance intervention respond to adolescents classes or individuals help requests in school and promotes them well-being.

**Keywords:** School Nursing; Adolescents; Care; Well-being; Grounded Theory

### References:

- Bohnenkamp, J. H., Hoover, S. A., Connors, E. H., Wissow, L., Bobo, N., & Mazyck, D. (2019). The Mental Health Training Intervention for School Nurses and Other Health Providers in Schools. *Journal of School Nursing*, 35(6), 422–433. <http://doi.org/10.1177/1059840518785437>
- Jönsson, J., Maltestam, M., Tops, A. B., & Garmy, P. (2019). School Nurses' Experiences Working With Students With Mental

Health Problems: A Qualitative Study. *Journal of School Nursing*, 35(3), 203–209.

<http://doi.org/10.1177/1059840517744019>

Lopes, M.J. (2003) A metodologia da Grounded Theory. Um contributo para a conceitualização na enfermagem. *Rev. Investigação em Enfermagem*, 8, 63-74.

Strauss, A., & Corbin, J. (1997). *Grounded Theory In Practice*. London, Sage Publications.

Willgerodt, M.A., Brock, D. M., & Maughan, E.M. (2018). Public School Nursing Practice in the United States. *The Journal of School Nursing*, 34(3), 232-244

## P290

### O Uso da Música como Estratégia de Envelhecimento Activo

Ricardo Silva<sup>(1)</sup>, Adela Rosca<sup>(2)</sup>, Isabel Silva<sup>(3)</sup>

<sup>1</sup> Estudante do 3º ano de Psicologia, ISEIT – Instituto Piaget de Viseu, Portugal, [ricardoonsilva@gmail.com](mailto:ricardoonsilva@gmail.com);

<sup>(2)</sup> Estudante do 3º ano de Psicologia, ISEIT – Instituto Piaget de Viseu, Portugal, [tekwire50@yahoo.com](mailto:tekwire50@yahoo.com);

<sup>(3)</sup> Professora Auxiliar de Psicologia, PhD., membro da RECI, ISEIT – Instituto Piaget de Viseu, Portugal, [isabel.silva@viseu.iapiaget.pt](mailto:isabel.silva@viseu.iapiaget.pt)

**INTRODUÇÃO:** O envelhecimento populacional é um dos grandes desafios deste século, sendo cada vez mais necessário definir estratégias que promovam um envelhecimento activo e saudável. Estudos recentes têm vindo a demonstrar os benefícios do uso da música na qualidade de vida e saúde psicológica da população idosa, especialmente pelo seu papel na regulação emocional. **Objetivos:** Esta revisão teórica pretende explorar a potencial do uso da música como estratégia de envelhecimento activo, procurando compreender como o seu uso em termos de regulação emocional pode levar a um maior bem-estar e qualidade de vida. **Revisão Teórica:** O envelhecimento activo refere-se ao “processo de optimização das oportunidades para a saúde, participação e segurança, para melhorar a qualidade de vida das pessoas que envelhecem” [1], sendo importante definir estratégias que promovam este processo. No âmbito da optimização da saúde mental e da qualidade de vida, destaca-se a regulação emocional, sendo esta constituída por duas estratégias: a supressão expressiva e a reavaliação cognitiva, estando esta última associada a maiores indicadores de bem-estar psicológico, social e subjectivo [2, 3]. Ao usar a música intencionalmente como estratégia cognitiva para regular emoções, os benefícios no bem-estar são consistentes e significativos, verificando-se em estudos recentes que há uma associação positiva com estratégias de reavaliação cognitiva [2, 4]. Na população idosa observa-se uma maior capacidade de reavaliar cognitivamente eventos emocionais, tal como uma maior tendência para usar a música como estratégia de regulação emocional [5]. **Conclusões:** Na busca de estratégias que promovam o envelhecimento activo, encontramos na música um recurso valioso na optimização do bem-estar psicológico, potenciada pela tendência para uma maior capacidade de regulação emocional na população idosa. Este é um factor importante na criação de intervenções e ações de sensibilização baseadas no uso da música, bem como na condução de investigações exploratórias nesta área.

**Keywords:** envelhecimento activo, música, regulação emocional, reavaliação cognitiva, bem-estar psicológico

### References:

- [1] World Health Organization, (2002). *Active ageing: A policy framework* (No. WHO/NMH/NPH/02.8). World Health Organization.
- [2] Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of personality and social psychology*, 85(2), 348. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>