

**Palavras-chave:** Violência doméstica, homens, implicações, Luanda.

**Referências bibliográficas:**

- [1] José T, Sebastião L, Castame H, Marcelino L. A violência doméstica em Angola. Disponível em: <https://www.trabalhosfeitos.com/ensaios/Vioencia-Domestica/57274467.html>, consultado em 11-03-2023, 2014.
- [2] Simão, Y. Quebrar o silêncio: violência doméstica atinge os homens. *Jornal Metropolitano de Luanda* 20:6-7, 2018.

## CO111

### Saúde psicológica em estudantes do Ensino Superior de Viseu

Carla Marques<sup>1\*</sup>, Paulo Alves<sup>1,2</sup>, Célia Ribeiro<sup>3</sup>, Sofia Campos<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Instituto Piaget – Viseu, Portugal

<sup>2</sup>CIEP – Universidade de Évora, Portugal

<sup>3</sup>Universidade Católica – Viseu, Portugal

<sup>4</sup>Instituto Politécnico de Viseu, Portugal

\*Autor correspondente: ✉ [marisa.marques@ipiaget.pt](mailto:marisa.marques@ipiaget.pt)

#### Resumo

**Introdução:** A saúde psicológica é o estado de bem-estar emocional, cognitivo e social que permite a uma pessoa enfrentar os desafios diários. A partir da conceção de saúde mental de Jahoda (1958), o estado de *flourishing* descreve um funcionamento e bem-estar ótimos em todos os aspetos da vida de um indivíduo. No processo adaptativo ao Ensino Superior, que é contínuo e multidimensional, para que o ajustamento à nova realidade seja bem-sucedido, é essencial que o Estudante tenha concluído as tarefas desenvolvimentais, nomeadamente a estabilidade na autoestima e se sinta competente nos diversos papéis que desempenha. Estes dois indicadores são importantes para a autonomia e bem-estar psicológico (Zeigler-Hill, 2013). A avaliação e intervenção focada nos aspetos positivos da Saúde Mental constitui-se como um recurso determinante para a promoção da saúde das pessoas, em detrimento do modelo centrado na doença (Bohlmeijer & Westerhof, 2021). **Objetivos:** explorar a relação entre os níveis de saúde mental positiva e literacia em saúde mental de estudantes universitários das IES de Viseu. **Metodologia:** Trata-se de um estudo exploratório transversal que incluiu uma amostra de conveniência constituída por 486 estudantes, maioritariamente do sexo feminino (79%), com idades compreendidas entre os 18 e os 49 anos (M=20,7; DP=4,65) na sua maioria do 1º ano de Licenciatura (61,1%). Foram administrados presencialmente um questionário sociodemográfico, o Questionário de Saúde Mental Positiva - QSM+ (Sequeira & Carvalho, 2009) e o Questionário de Literacia em Saúde Mental (Rocha & Neto, 2016). **Resultados:** Os resultados sugerem associações positivas, com efeito pequeno a moderado, entre as dimensões da saúde mental positiva e os níveis de literacia. Os níveis mais elevados de literacia relacionam com a atitude pró-social. O conhecimento relativamente aos fatores de risco e causas das perturbações mentais aparece relacionado com uma melhor perceção de autocontrolo, autonomia e habilidades de relação. **Conclusões:** Dado que os estudantes com melhor saúde mental positiva atingem melhor desempenho académico e expressam maior competência na idade adulta, os resultados confirmam que a literacia em saúde mental poderá ser um fator promotor da saúde psicológica e, conseqüentemente, um alvo da intervenção dirigidas a este contexto de atuação.

**Palavras-chave:** Saúde psicológica, ensino superior, *flourishing*.

**Referências bibliográficas:**

- [1] Bohlmeijer E and Westerhof G. The Model for Sustainable Mental Health: Future Directions for Integrating Positive Psychology Into Mental Health Care. *Front. Psychol.* 12:747999. doi: 10.3389/fpsyg.2021.747999.2021.
- [2] Chakhssi, F., Kraiss, J. T., Sommers-Spijkerman, M., and Bohlmeijer, E. T. The effects of positive psychology interventions on well-being and distress in clinical samples with psychiatric or somatic disorders: a systematic review and meta-analysis. *BMC Psychiatry* 18, 1–17. doi: 10.1186/s12888-018-1739-2. 2018.
- [3] O'Connor, M.; Sanson, A.V.; Toumbourou, J.W.; Norrish, J.; Olsson, C.A. Does positive mental health in adolescence longitudinally predict healthy transitions in young adulthood? *J. Happiness Stud.*, 5, 322–336. 2017.
- [4] Sequeira, C.; Carvalho, J.; Sampaio, F.; Sá, L.; Canut-Lluch, T.; Roldán-Merino, J. Avaliação das propriedades psicométricas do questionário de saúde mental positiva em estudantes portugueses do ensino superior. *Rev. Port. Enferm. Saúde Mental*, 11, 45–53. 2014.
- [5] Sequeira, C.; Carvalho, J.C.; Gonçalves, A.; Nogueira, M.J.; Lluch-Canut, T.; Roldán-Merino, J. Levels of Positive Mental Health in Portuguese and Spanish Nursing Students. *J. Am. Psychiatr. Nurses Assoc.* 2019, 26, 483–492. 2019.
- [6] Zeigler-Hill, V. The Importance of Self-Esteem. In: Zeigler-Hill, V., Ed., *Self-Esteem*, Psychology Press, Brighton and Hove, East Sussex, 1-20. <https://doi.org/10.4324/9780203587874>. 2013. 2013.