

**II Congresso da Sociedade Portuguesa para o Estudo da Saúde Escolar**

**6 de Abril, 2011**



## **UPA Faz a Diferença**

**Acções de Sensibilização Pró-Saúde Mental**

**LUÍSA CAMPOS**



**ENCONTRAR+SE**



**Alto Comissariado  
da Saúde**



**FUNDAÇÃO  
CALOUSTE  
GULBENKIAN**



**Produtos Farmacéuticos, Lda**



**CATÓLICA**  
UNIVERSIDADE CATÓLICA PORTUGUESA | PORTO  
Faculdade de Educação e Psicologia



## CONTEXTUALIZAÇÃO

---

1 em cada 5 adolescentes irá passar pela experiência de um problema psicológico significativo durante a escolaridade (Stuart, 2006).

A maior parte dos problemas de saúde mental, ainda que apenas tratados mais tarde, aparecem durante a juventude (Kelly, Jorm & Wright, 2007; Patel, Flisher, Hetrick & McGorry, 2007).



**JOVENS**

**Grupo-alvo prioritário para o desenvolvimento de  
acções de promoção da Saúde Mental**

Mudança precoce de atitudes e comportamentos (Comissão Europeia e Ministério da Saúde Português, 2010)



# CONTEXTUALIZAÇÃO

---







## CONTEXTUALIZAÇÃO

---





## OBJECTIVO GERAL

---

Contribuir para o aumento do conhecimento sobre questões de saúde mental, junto de jovens (15-18 anos), no sentido de incentivar a procura precoce de ajuda, diminuir atitudes estigmatizantes e discriminatórias, bem como promover a adopção de comportamentos promotores de Saúde Mental.



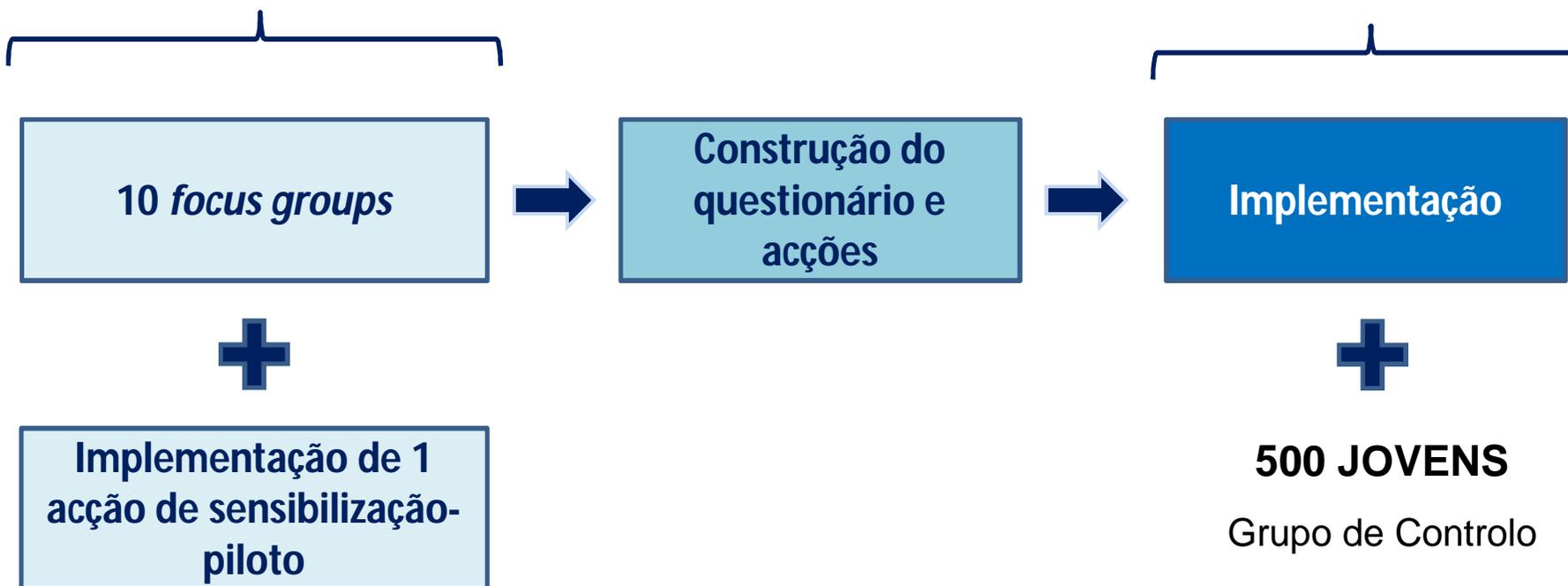
# DESENHO DO PROJECTO

## ESTUDO PILOTO

Director, Agentes Educativos e Alunos  
Novembro, 2009 – Maio, 2010

## 500 JOVENS

Grupo Experimental  
Agosto, 2010 – Junho, 2011





# QUESTIONÁRIO UPA FAZ A DIFERENÇA – PERCEPÇÕES DE ALUNOS FACE A PROBLEMAS DE SAÚDE MENTAL

---

## **CONSTITUÍDO POR:**

- 1) Uma ficha sociodemográfica
- 2) Três secções que avaliam:
  - a) Percepções estigmatizantes
  - b) Percepção de conhecimentos
  - c) Intenções comportamentais



# ACÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO PRÓ-SAÚDE MENTAL

---

## CONSTITUÍDAS POR:

- 2 sessões, implementadas com intervalo de uma semana.

## METODOLOGIA:

- Sessões interactivas, com recurso a dinâmicas de grupo e música, promovendo o debate, a reflexão, o esclarecimento de dúvidas ...

### **PROBLEMAS DE SAÚDE MENTAL**

- Sinais e sintomas;
- Tipos de tratamento;
- Crenças associadas.

### **INTENÇÕES COMPORTAMENTAIS**

- Procura de ajuda;
- Iniciativa para ajudar.

### **PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL**

- Adoção de comportamentos promotores da Saúde Mental

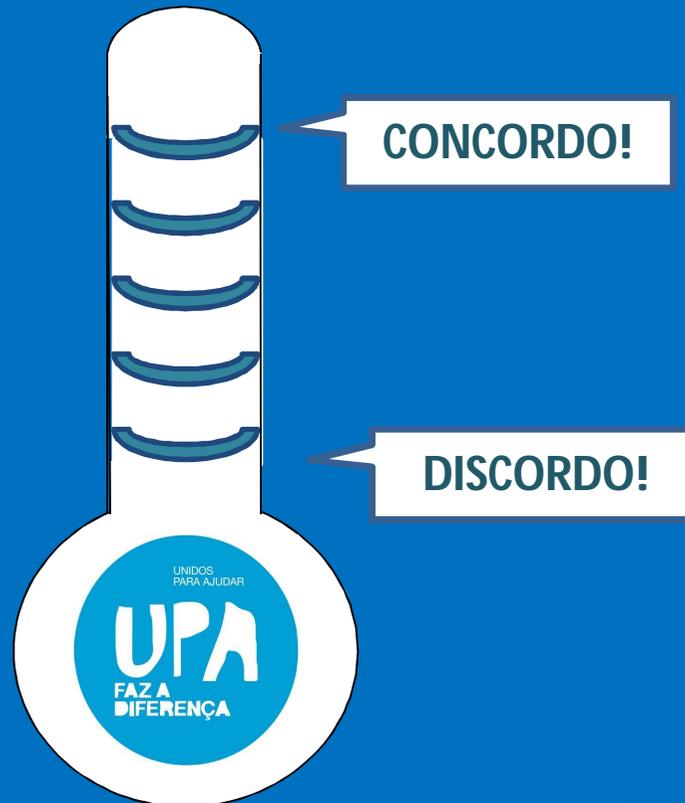


# NOVELO DE SENTIMENTOS

# BRAIN \_ STORMING



# BARÓMETRO





*Imagina...*

Alguma coisa  
não está bem  
com alguém  
que conheço...

# O QUE DIZEM AS LETRAS?



Por detrás das músicas...

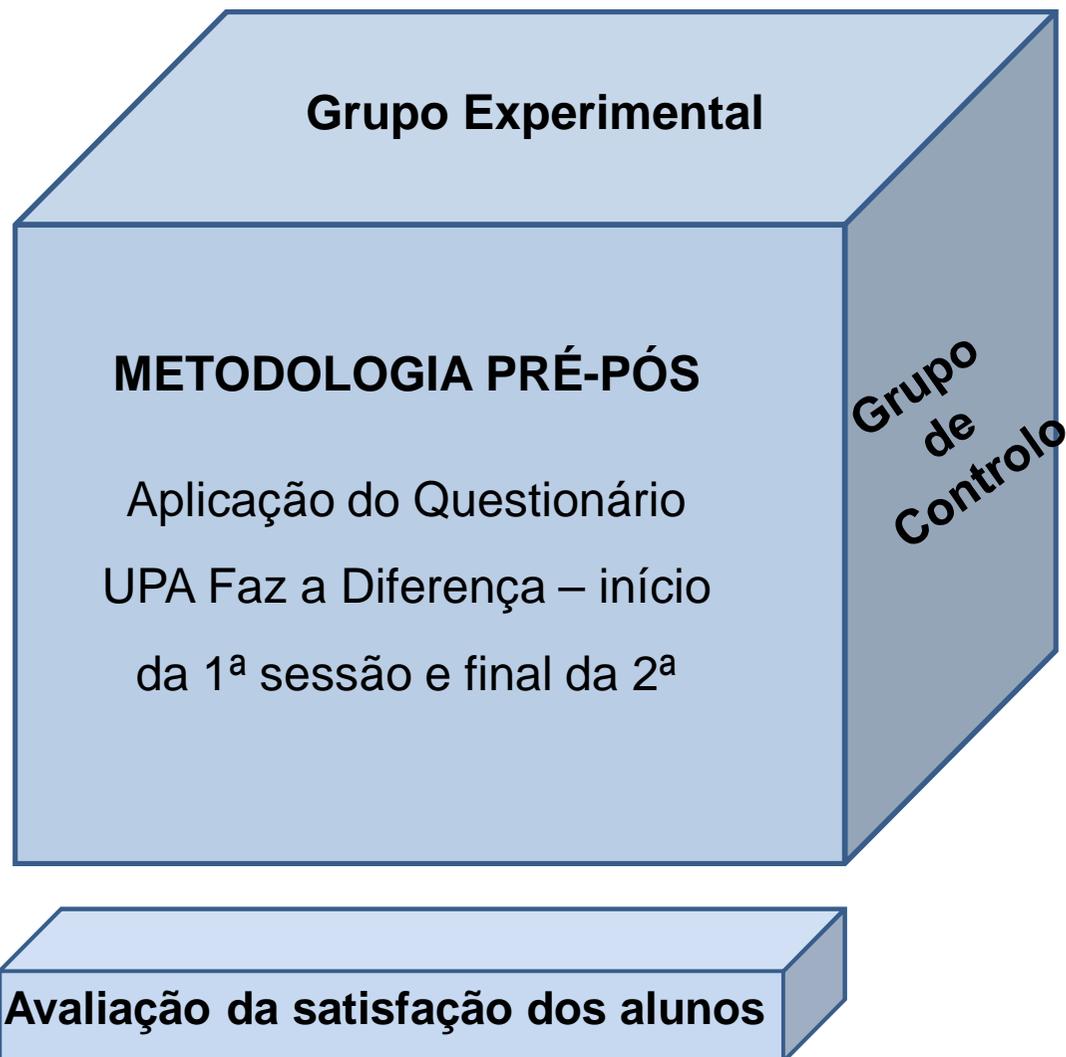


... as Pessoas!



# AVALIAÇÃO DO IMPACTO DAS INTERVENÇÕES

---





# RESULTADOS PRELIMINARES

## - QUESTIONÁRIO UPA FAZ A DIFERENÇA

---

N = 256 alunos;

Sexo masculino = 117

Sexo feminino = 133

### **CONSISTÊNCIA INTERNA**

Secção1 - *alpha de Cronbach* de 0.75;

Secção2 - *alpha de Cronbach* de 0.87.



# RESULTADOS PRELIMINARES

## - SESSÕES DE SENSIBILIZAÇÃO

---

N = 237 alunos;

Grupo Experimental = 125

Grupo de Controlo = 112

Aumento significativo ( $p=0.000$ ) da percepção de conhecimentos do Grupo Experimental (pré-avaliação,  $M=28.27$ ,  $DP=8.87$ ; pós-avaliação,  $M=34.65$ ,  $DP=9.13$ ), comparado com o Grupo de Controlo (pré-avaliação,  $M=28.63$ ,  $DP=9.91$ ; pós- $M=28.48$ ,  $DP=10.14$ ).

Embora não se tenham verificado diferenças significativas ao nível das percepções estigmatizantes ( $p>0.05$ ), constatou-se uma diminuição das mesmas após a implementação das sessões.



## CONCLUSÕES

---

Estudo preliminar das características psicométricas de 2 secções do Questionário UPA Faz a Diferença, dão indicação de ser uma medida fiável na avaliação da percepção de conhecimentos e percepções estigmatizantes face a problemas de saúde mental.

Resultados preliminares das acções indicam impacto positivo das mesmas ao nível *Mental Health Literacy* em contexto escolar.



"ALGUÉM  
ME  
OUVIU"

MORIZO  
+  
BOSS AC

WOLFGANG PETERSON  
Produção

## Equipa do projecto:

Filipa Palha  
Pedro Dias  
Elisa Veiga  
Vânia Sousa Lima  
Natália Costa  
Ana Isabel Duarte

## Agradecimentos:

Teresa Mansilha  
Sofia Moura Faria  
Lígia Gomes  
Sílvia Magalhães  
Sónia Mesquita  
Joana Batouxas

## Alunos e Escolas

# Obrigada pela atenção

**Luísa Campos**

[www.encontrarse.pt](http://www.encontrarse.pt)

[www.porto.ucp.pt](http://www.porto.ucp.pt)

[mcampos@porto.ucp.pt](mailto:mcampos@porto.ucp.pt)

[encontrarse.pt@gmail.com](mailto:encontrarse.pt@gmail.com)



ENCONTRAR+SE



Alto Comissariado  
da Saúde



FUNDAÇÃO  
CALOUSTE  
GULBENKIAN



CATÓLICA  
UNIVERSIDADE CATÓLICA PORTUGUESA | PORTO  
Faculdade de Educação e Psicologia