

Preditores de bem-estar psicológico em adolescentes escolares da Região Metropolitana de Porto Alegre

Caroline Do Val Marques (Auxiliar de pesquisa), Mariana Fagundes Stechman (Bolsista de IC PROBIC/FAPERGS), Mara Cristiane Von Mühlen (Bolsista de IC PROBIC/FAPERGS), Fabiane Klering (Bolsista de IC PROICT/ULBRA), Prof^a Dra. Sheila Gonçalves Câmara, Prof^a Dra. Denise Ganzo Aerts, Prof^a Dra. Gehysa Guimarães Alves

E-mail de contato: caroldovalmarques@hotmail.com

Introdução

Grande parte dos estudos sobre a saúde adolescente ocupa-se de aspectos físicos, sem considerar a representação específica que tem o bem-estar psicológico para essa população. Bem-estar é definido por Seaward (1997), como a integração de fatores mentais, físicos, espirituais e emocionais. Nahas, Barros e Francalacci (2000) complementam o conceito afirmando que a percepção de bem-estar é composta por uma avaliação subjetiva individual.

Na adolescência o bem-estar está relacionado a diversos aspectos, que ultrapassam a dimensão física e indicam que os jovens incorporam a qualidade de vida e satisfação com a vida em sua concepção de bem-estar. É preciso conhecer os fatores associados ao bem-estar na adolescência para que se possa promovê-lo junto a essa população.

Objetivos

Este estudo, de base escolar, buscou identificar os preditores de bem-estar psicológico de adolescentes escolares, em termos de percepção de saúde e felicidade, satisfação com o corpo e uso do tempo livre.

Método

Amostra

Participaram deste estudo 996 adolescentes escolares da região metropolitana de Porto Alegre, RS. Destes, 52,9% eram do sexo feminino. A idade variou de 12 a 19 anos (m=14,4; DP=1,06). Quanto à raça/cor, 74,3% consideraram-se como brancos e os 25,7 restantes como não brancos

Instrumentos

Como instrumentos, foram utilizados inquérito sociodemográfico, Comportamentos de Saúde entre Escolares (*Health Behavior in Schoolchildren*) e o GHQ-12, que avalia o bem-estar psicológico.

Procedimentos

A coleta de dados foi realizada de forma grupal em salas de aula após aprovação das escolas e o consentimento dos responsáveis pelos estudantes.

Foram realizadas análise descritiva e análise de regressão linear múltipla. O projeto foi aprovado pelo CEP ULBRA.

Resultados

Os resultados demonstraram que um menor índice de bem-estar psicológico foi associado a menor idade, índices mais elevados de sentimento de depressão, dificuldades para dormir, enjoo e nervosismo nos últimos dias. Já um maior sentimento de felicidade, de percepção de saúde, saber como ocupar o tempo livre e avaliação mais positiva quanto à imagem corporal revelaram-se como preditores de maior bem-estar psicológico.

Tabela 1: Relação entre afetos, regulação emocional e satisfação com a imagem corporal: avaliação do peso em comparação com outros adolescentes do mesmo sexo, RMPA, 2010 (n = 996).

Variáveis predictoras	Bem-estar				
	R	R ²	β	t	p
Frequência – sentir-se deprimido/a	0,55	0,30	0,10	13,88	0,00
Sentimento de felicidade	0,62	0,39	-0,18	-13,12	0,00
Frequência - dificuldades para dormir	0,64	0,42	0,04	6,68	0,00
Saber como ocupar o tempo livre	0,65	0,42	-0,06	-4,94	0,00
Percepção de saúde	0,65	0,43	-0,03	-2,82	0,00
Frequência - sentir-se enjoado	0,66	0,43	0,02	2,91	0,00
Satisfação com o corpo	0,66	0,43	-0,02	-2,89	0,00
Avaliação do peso em comparação com os pares	0,66	0,44	-0,03	-2,66	0,00
Idade	0,66	0,44	0,05	2,13	0,03
Frequência – sentir-se nervoso/a	0,66	0,44	0,01	2,04	0,04

Discussão

O modelo obtido explicou 44% da variância de bem-estar, sendo que ter se sentido deprimido nos últimos dias é o principal preditor de menos bem-estar, explicando, sozinho, 30%. Verifica-se a importância das variáveis relativas a estados de ânimo, no sentido de tristeza e ansiedade, contribuindo para menor bem-estar. A satisfação com o corpo e a percepção de saúde e o saber ocupar o tempo livre também contribuem para o bem-estar, além da idade. Adolescentes mais velhos, que já passaram pelas turbulências da adolescência inicial, apresentam maior bem-estar. De acordo com os preditores encontrados, o bem-estar na adolescência está relacionado a aspectos psicológicos e emocionais, mas também com situações bastante específicas da etapa do ciclo vital, como o corpo e o tempo livre. Conhecer os aspectos relacionados ao bem-estar adolescente permite que se possam implementar estratégias de promoção da saúde mais eficazes para esta população.

Referências