

FAMILIAS ENTRE PANTALLAS

Margarida Gaspar de Matos, Fábio Botelho Guedes & Aventura Social

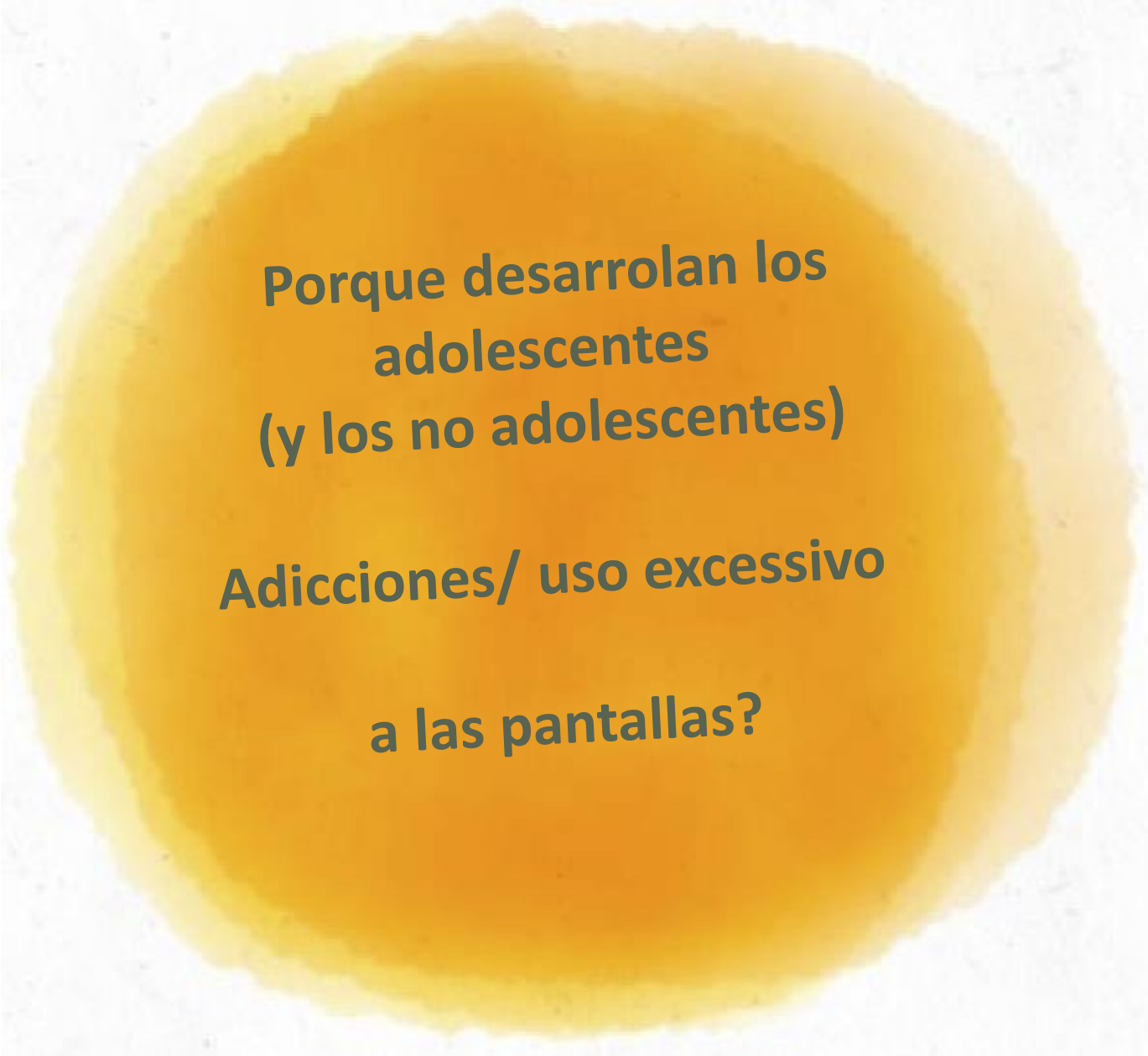


mmatos@fmh.ulisboa.pt










**Porque desarrollan los
adolescentes
(y los no adolescentes)**

**Adicciones/ uso excesivo
a las pantallas?**




Las pantallas/ la wifi


van se quedar entre nos



**y hay inúmeros puntos
positivos**



**y nos gustan muchísimo a
todos adolescentes (y no
adolescentes)**



**Una dependencia compartida
entre generaciones?**

**Una dependencia
civilizacional?**

**un problema será...
aislamiento de todo lo que no és
pantalla...**

- Falta de curiosidad
- Baja abertura – fecho sobre si
- Baja flexibilidad
- Baja diversidad
- Alteracciones en la area relacional
- Sintomas físicos y psicologicos



familias y familias...





Famílias y familias...



“como ser feliz y com salud ”?:



ME ON INSTAGRAM



ME ON TWITTER



ME IN REAL LIFE



©ADAM JK

THE BEST
"MONDAY
MOTIVATION"
IS FUCKING
TUESDAY.



???? no se sabe...





Modelo del deficitte



Deficites

Problemas

Prevención (ayer):

Evitar, informar, proteger...





Modelo del deficiente



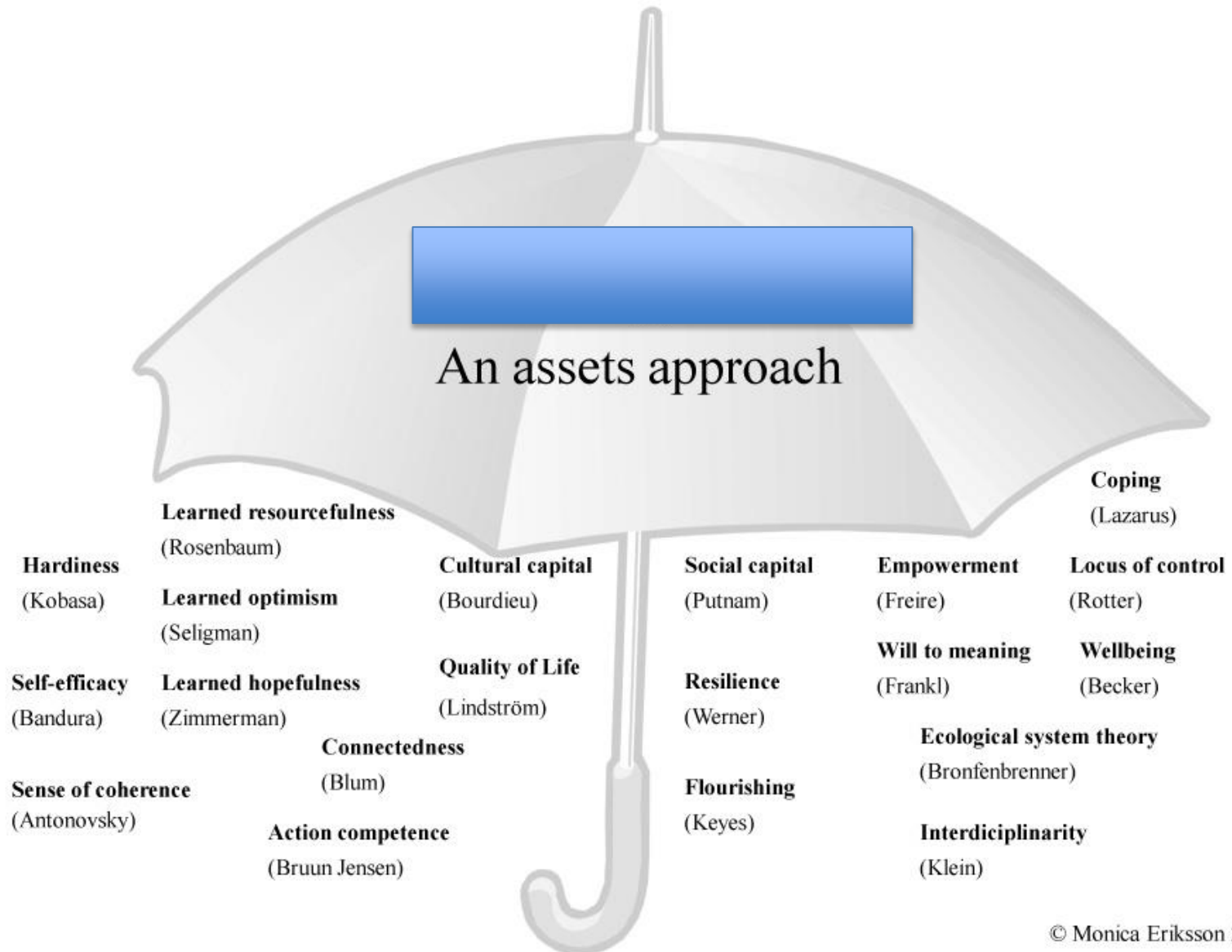
*Modelo de los
activos*



Activos

Oportunidades

Modelo de los activos (Morgan & Ziglio, 2007, adapt)



A photograph of a surfer in mid-air, performing a takeoff on a wave. The surfer is silhouetted against the white foam of the wave. The background shows the ocean and a hazy sky. The overall tone is warm and slightly desaturated.

Promoción/Prevención (hoy):

- **Competencia:** Awareness; Self regulation; Curiosity; Flexibility; Open-mindedness; Social Participation.
- **Motivacion**
- **Oportunidades**

Pesquisa

The diagram consists of two circular watercolor-like shapes. The left shape is yellow and labeled 'Pesquisa'. The right shape is blue and labeled 'Intervencion'. Two teal arrows with dashed black outlines connect them: one points from the blue shape to the yellow shape, and the other points from the yellow shape to the blue shape, indicating a bidirectional relationship.

Intervencion



HBSC de la OMS

The Health Behavior in School-aged Children (HBSC) is a study developed in collaboration with WHO

It intend to study the lifestyles of adolescents and their behaviors in the various scenarios of their lives

It began in 1982 with researchers from 3 countries: Finland, Norway and England, and shortly thereafter was adopted by WHO

It currently has 44 countries including Portugal, integrated since 1994 and associate member since 1998

HBSC/OMS en Portugal



- **1994** - PT Member
- **1996** - Pilot study

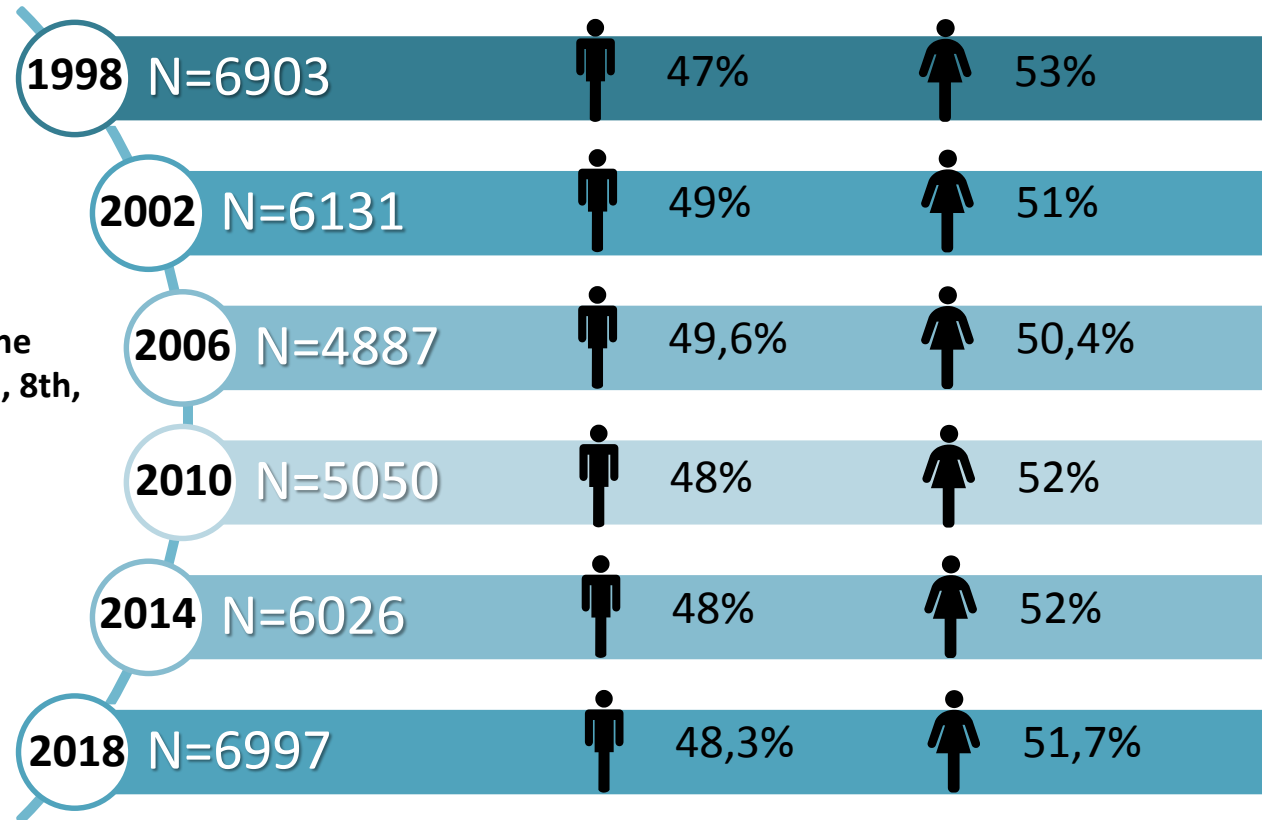
1998 to 2019

- **5 data collections**

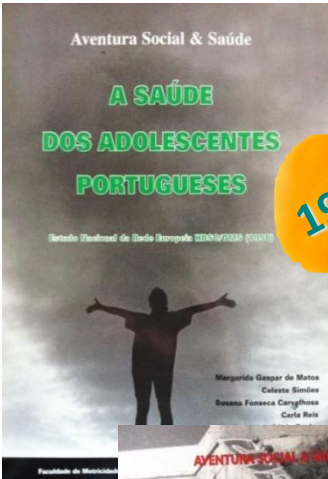
– Representative samples of the school population of the 6th, 8th, 10th grade

– Stratified sample by region

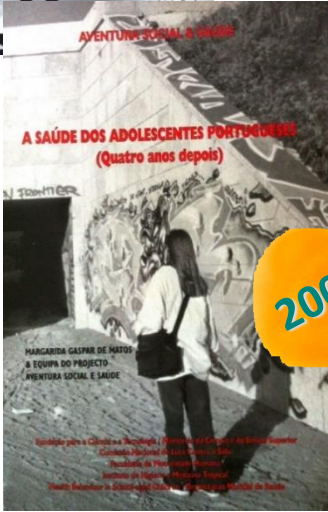
- North
- Center
- Lisbon
- Alentejo
- Algarve



HBSC/OMS en PORTUGAL



1998



2002



2006



2010



2014



2018

Saúde Mental e Bem-estar

O HBSC/OMS (Health Behaviour in School-aged Children) é um estudo realizado em colaboração com a Organização Mundial de Saúde, que vem com a participação de 44 países. O primeiro estudo foi realizado em 1998, em seguida em 2001, 2006, 2010, 2014 e 2018 (Mann, et al., 2000-2018). Desenvolvido por uma metodologia de amostragem em nível de escola, os resultados do HBSC/OMS são utilizados para avaliar o bem-estar físico, mental e social das crianças e adolescentes em nível de país. Foram aplicadas questionários de auto-avaliação em 42 agrupamentos de escolas de ensino regular de todo o país com o intuito de avaliar o bem-estar físico, mental e social das crianças e adolescentes em nível de país. O estudo foi conduzido em 2018, com a participação de 117 escolas, com um total de 12.733 alunos e 12.733 pais.

Satisfação com a vida
A satisfação com a vida foi avaliada pela escala de Cantril (1947) - constituída por 11 degraus onde o degrau mais baixo corresponde a pior vida possível e o degrau 10 a melhor vida possível. Verifica-se que 34,8% referem os valores máximos de 10.

Satisfação com a vida (Cantril)	Média	Desvio padrão	Mín.	Máx.
	7,48	1,81	0	10

Qualidade de vida*
No que diz respeito à qualidade de vida esta foi avaliada pelo KIDSCREEN, escala constituída por 10 itens que vai variar entre 10 e 50. Um valor elevado revela uma sensação de maior prazer subjetivo e satisfação nas diversas coisas (por ex. família, grupo de pares e escola).

Qualidade de vida (KIDSCREEN)	Média	Desvio padrão	Mín.	Máx.
	36,75	7,92	10-50	10-50

Como se sente face à vida (N=3821)*

Ansiiedade, estresse e depressão**
O nível de ansiedade e stress foi avaliado através de uma escala constituída por quatro itens**. Os resultados mostram variar entre 4 e 20 pontos, sendo os valores mais altos indicam de maior nível de ansiedade.

Ansiiedade e stress**	Média	Desvio padrão	Mín.	Máx.
	10,93	2,64	4-20	4-20

O nível de depressão foi avaliado através de uma escala constituída por dez itens**. Os resultados mostram variar entre 10 e 40 pontos, sendo os valores mais altos indicam mais sintomas depressivos.

Depressão**	Média	Desvio padrão	Mín.	Máx.
	17,87	6,47	10-40	10-40

2 Família

O HBSC/OMS (Health Behaviour in School-aged Children) é um estudo realizado em colaboração com a Organização Mundial de Saúde, que vem com a participação de 44 países. O primeiro estudo foi realizado em 1998, em seguida em 2001, 2006, 2010, 2014 e 2018 (Mann, et al., 2000-2018). Desenvolvido por uma metodologia de amostragem em nível de escola, os resultados do HBSC/OMS são utilizados para avaliar o bem-estar físico, mental e social das crianças e adolescentes em nível de país. Foram aplicadas questionários de auto-avaliação em 42 agrupamentos de escolas de ensino regular de todo o país com o intuito de avaliar o bem-estar físico, mental e social das crianças e adolescentes em nível de país. O estudo foi conduzido em 2018, com a participação de 117 escolas, com um total de 12.733 alunos e 12.733 pais.

Qualidade da relação familiar
A qualidade da relação familiar foi avaliada por uma escala adaptada da Cantril (1947)** - constituída por 11 degraus familiar. Verifica-se que 63,5% referem os valores máximos de 10.

Qualidade da relação familiar** (Cantril)	Média	Desvio padrão	Mín.	Máx.
	8,55	1,91	0	10

Apelo Familiar
O apelo familiar foi avaliado através de uma escala constituída por quatro itens**. Os resultados obtidos podem variar entre 4 e 28 pontos, sendo os valores mais altos indicam de maior apelo familiar.

Apelo familiar**	Média	Desvio padrão	Mín.	Máx.
	24,12	6,41	4-28	4-28

Pais
Facilidade em comunicar com os pais:

	Fácil	Difícil	Não tenho/ Não vejo
Pai (N=4432)	67,4%	25%	7,6%
Mãe (N=4432)	85,5%	12,4%	1,9%
Pedidos (N=4431)	10,8%	7,7%	81,5%
Madrastas (N=4447)	7,9%	6,3%	85,8%



3 Escola

O HBSC/OMS (Health Behaviour in School-aged Children) é um estudo realizado em colaboração com a Organização Mundial de Saúde, que vem com a participação de 44 países. O primeiro estudo foi realizado em 1998, em seguida em 2001, 2006, 2010, 2014 e 2018 (Mann, et al., 2000-2018). Desenvolvido por uma metodologia de amostragem em nível de escola, os resultados do HBSC/OMS são utilizados para avaliar o bem-estar físico, mental e social das crianças e adolescentes em nível de país. Foram aplicadas questionários de auto-avaliação em 42 agrupamentos de escolas de ensino regular de todo o país com o intuito de avaliar o bem-estar físico, mental e social das crianças e adolescentes em nível de país. O estudo foi conduzido em 2018, com a participação de 117 escolas, com um total de 12.733 alunos e 12.733 pais.

Relação com os colegas de turma e com os professores
A relação com os colegas foi avaliada através de uma escala constituída por três itens**. Os resultados obtidos podem variar entre 3 e 15 pontos, correspondendo o valor mais alto a uma melhor relação com os colegas de turma.

Relação com os colegas (Cantril)	Média	Desvio padrão	Mín.	Máx.
	11,89	2,39	3-15	3-15

A relação com os professores foi avaliada através de uma escala constituída por três itens**. Os resultados obtidos podem variar entre 3 e 15 pontos, com o valor mais alto indicando melhor relação com os professores.

Relação com os professores (Cantril)	Média	Desvio padrão	Mín.	Máx.
	11,37	2,83	3-15	3-15

Gosto pela escola
Gosto pela escola (N=6446): 70,4% gostam e 29,6% não gostam.



Pressão/stress com os trabalhos da escola
Pressão/stress com os trabalhos da escola (N=6446): 24,4% muito, 33,3% bastante, 31,6% alguma, 10,7% nenhuma.



Faltas às aulas (N=6421)
Faltas às aulas (N=6421): 1,6% muitas, 2,6% muitas, 12,6% algumas, 83,2% nenhuma.



5 Saúde e Doenças

O HBSC/OMS (Health Behaviour in School-aged Children) é um estudo realizado em colaboração com a Organização Mundial de Saúde, que vem com a participação de 44 países. O primeiro estudo foi realizado em 1998, em seguida em 2001, 2006, 2010, 2014 e 2018 (Mann, et al., 2000-2018). Desenvolvido por uma metodologia de amostragem em nível de escola, os resultados do HBSC/OMS são utilizados para avaliar o bem-estar físico, mental e social das crianças e adolescentes em nível de país. Foram aplicadas questionários de auto-avaliação em 42 agrupamentos de escolas de ensino regular de todo o país com o intuito de avaliar o bem-estar físico, mental e social das crianças e adolescentes em nível de país. O estudo foi conduzido em 2018, com a participação de 117 escolas, com um total de 12.733 alunos e 12.733 pais.

Percorção de saúde (N=6910)
Doenças prolongadas (N=3827)*: 84,9% sim e 15,1% não.



Doenças prolongadas, problema de saúde ou incapacidade diagnosticados por um médico (N=5741)**
Há quanto tempo essa doença, problema de saúde ou incapacidade foi diagnosticada por um médico? (N=5741)**



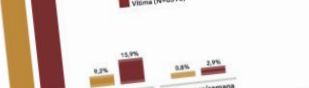
Impacto da doença, problema de saúde ou incapacidade... (N=5741)**
Tenho dificuldades de fazer atividades... (N=5741)**



6 Violência e lesões

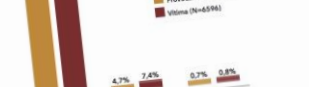
O HBSC/OMS (Health Behaviour in School-aged Children) é um estudo realizado em colaboração com a Organização Mundial de Saúde, que vem com a participação de 44 países. O primeiro estudo foi realizado em 1998, em seguida em 2001, 2006, 2010, 2014 e 2018 (Mann, et al., 2000-2018). Desenvolvido por uma metodologia de amostragem em nível de escola, os resultados do HBSC/OMS são utilizados para avaliar o bem-estar físico, mental e social das crianças e adolescentes em nível de país. Foram aplicadas questionários de auto-avaliação em 42 agrupamentos de escolas de ensino regular de todo o país com o intuito de avaliar o bem-estar físico, mental e social das crianças e adolescentes em nível de país. O estudo foi conduzido em 2018, com a participação de 117 escolas, com um total de 12.733 alunos e 12.733 pais.

Comportamentos de "Bullying"/Provoação
(Nos últimos dois meses)



Deixei de ir para a escola quando outra pessoa (ou grupo de pessoas) repetidamente me fez algo desagradável ou me fez mal. Também é bullying quando a pessoa (ou grupo de pessoas) repetidamente me faz algo desagradável ou me faz mal por escrito. A pessoa (ou grupo) que faz bullying tem intenção de prejudicar a pessoa que é vítima de bullying e tem mais poder que ela. NÃO É BULLYING quando duas pessoas com aproximadamente a mesma força se podem discutir ou lutar.

"Ciberbullying": Situações de provocação com recurso às tecnologias
(Nos últimos dois meses)



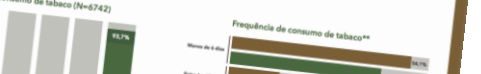
Lutas
Envolvimento em lutas no último ano (N=6594)



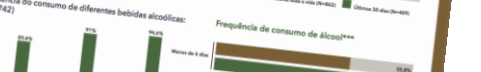
9 Consumo de substâncias

O HBSC/OMS (Health Behaviour in School-aged Children) é um estudo realizado em colaboração com a Organização Mundial de Saúde, que vem com a participação de 44 países. O primeiro estudo foi realizado em 1998, em seguida em 2001, 2006, 2010, 2014 e 2018 (Mann, et al., 2000-2018). Desenvolvido por uma metodologia de amostragem em nível de escola, os resultados do HBSC/OMS são utilizados para avaliar o bem-estar físico, mental e social das crianças e adolescentes em nível de país. Foram aplicadas questionários de auto-avaliação em 42 agrupamentos de escolas de ensino regular de todo o país com o intuito de avaliar o bem-estar físico, mental e social das crianças e adolescentes em nível de país. O estudo foi conduzido em 2018, com a participação de 117 escolas, com um total de 12.733 alunos e 12.733 pais.

Tabaco
Consumo de tabaco (N=6742)



Alcool
Frequência do consumo de diferentes bebidas alcoólicas: (N=6742)



Frequência de embriaguez (N=6742)



Disponível em:
www.aventurasocial.com

HBSC 2018 en PORTUGAL

Tiempo de ócio



N= 6997

Lazer

Nos tempos livres costumam: (N=4477)*

	Várias horas por dia	Todos ou quase todos os dias	Raramente/ Nunca	Só no fim-de-semana
➔ Usar o telemóvel	56,6%	32,5%	6,4%	4,5%
➔ Ouvir música	46,9%	38,2%	7,4%	7,5%
➔ Dormir	35,7%	36,2%	16,7%	11,4%
Pensar na vida	33,7%	37,7%	17,3%	11,3%
Estar com os amigos	32,7%	40,2%	13,4%	13,7%
Estar ao computador	19,6%	29,8%	25,6%	25%
Praticar um desporto	18,5%	34,7%	30,3%	16,5%
Não fazer nada	17,8%	19,8%	43,8%	18,6%
Ver TV	16,4%	43,3%	21,3%	19%

HBSC 2018 en PORTUGAL

Tiempo de ócio



N= 6997

Lazer

Nos tempos livres costumam: (N=4477)*

	Várias horas por dia	Todos ou quase todos os dias	Raramente/ Nunca	Só no fim-de-semana
Andar por aí	14,7%	25,4%	35,3%	24,6%
Ler	8,9%	20,3%	50,8%	20%
Tocar um instrumento	7%	11,7%	70,8%	10,5%
Atividades de voluntariado	4,6%	6,5%	80%	8,9%
Frequentar atividades religiosas	4,5%	7,9%	65,7%	21,9%
Atividades de escutismo	4%	5,8%	83,4%	6,8%
Intervenção associativa ou política	3,6%	5,5%	86%	4,9%
Outra	2,5%	1,6%	94,5%	1,4%

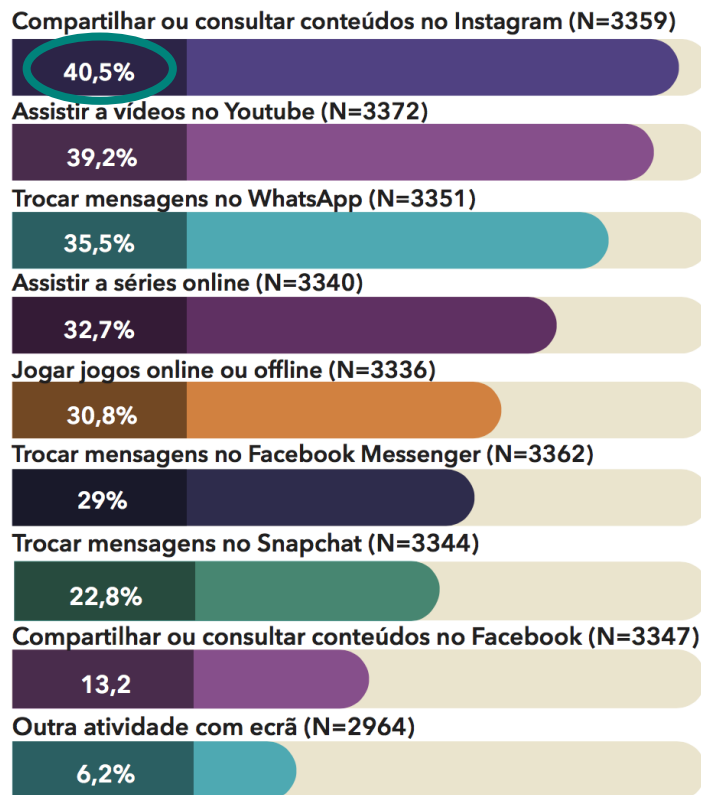
HBSC 2018 en PORTUGAL

Pantallas

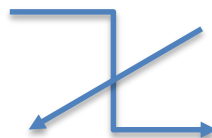
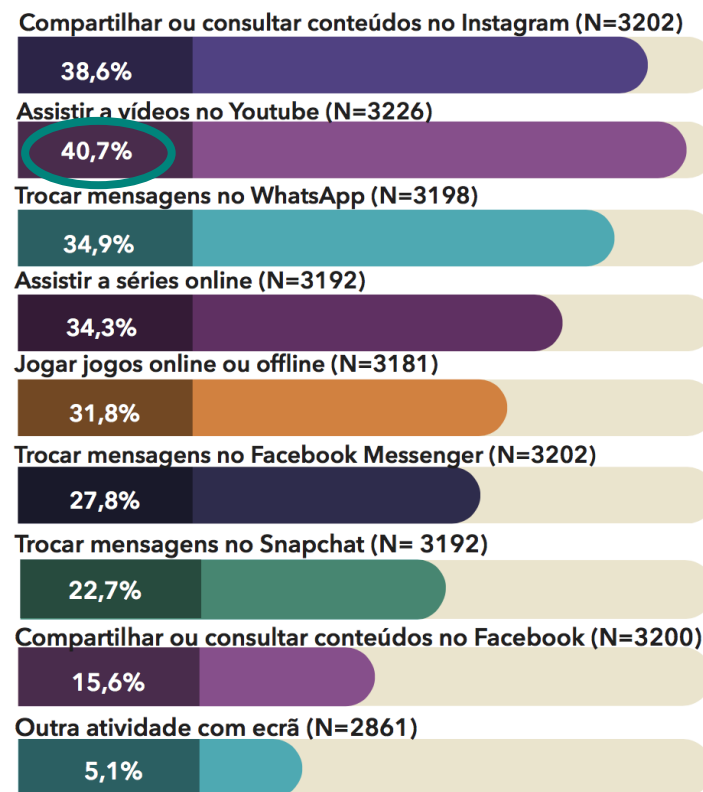


N= 6997

Durante a semana, tempo gastas em frente ao ecrã... (2h ou mais por dia)*



Durante o fim de semana, quanto tempo gastas em frente ao ecrã... (2h ou mais por dia)*



HBSC 2018 en PORTUGAL

ADDICIONES



N= 6997

Redes Sociais

Durante o último ano... (N=6997)

	Sim
...usaste regularmente as redes sociais para <u>fugir de sentimentos negativos?</u>	28,6%
...tentaste passar <u>menos tempo nas redes sociais mas não conseguiste?</u>	26%
...sentiste-te frequentemente <u>mal quando não podias usar as redes sociais?</u>	20,9%
...deste conta frequentemente que não conseguias pensar em mais nada para além do momento em que poderias usar as redes sociais novamente?	20%
...sentiste-te frequentemente insatisfeito porque querias passar mais tempo nas redes sociais?	17,6%
...tiveste regularmente discussões com outros por causa do teu uso das redes sociais?	15,3%
...tiveste conflitos sérios com os teus pais, irmão(s) ou irmã(s) por causa do teu uso das redes sociais?	11,4%
...mentiste regularmente aos teus pais ou amigos sobre a quantidade de tempo que passas nas redes sociais?	10,1%
...deixaste de fazer outras atividades habituais (por ex.: hobbies e desporto) porque querias usar as redes sociais?	9,8%

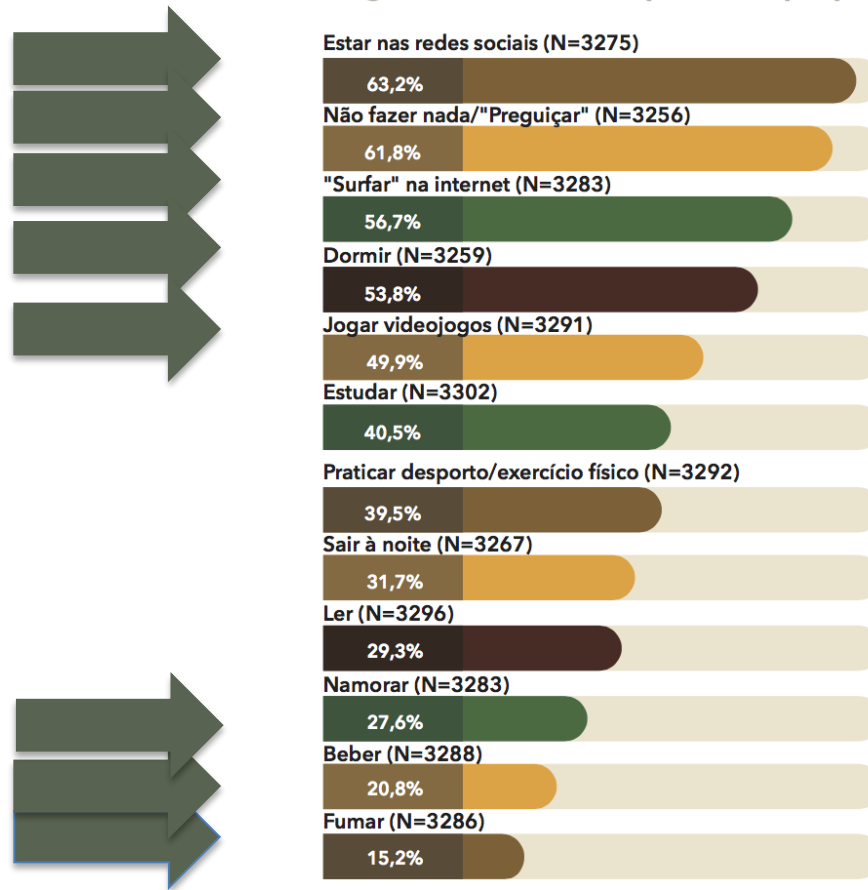
HBSC 2018 IN PORTUGAL

Conflitos con el tema del exceso



N= 6997

Discussões com a família, amigos ou namorado pelo tempo passado a: (% de Sim)



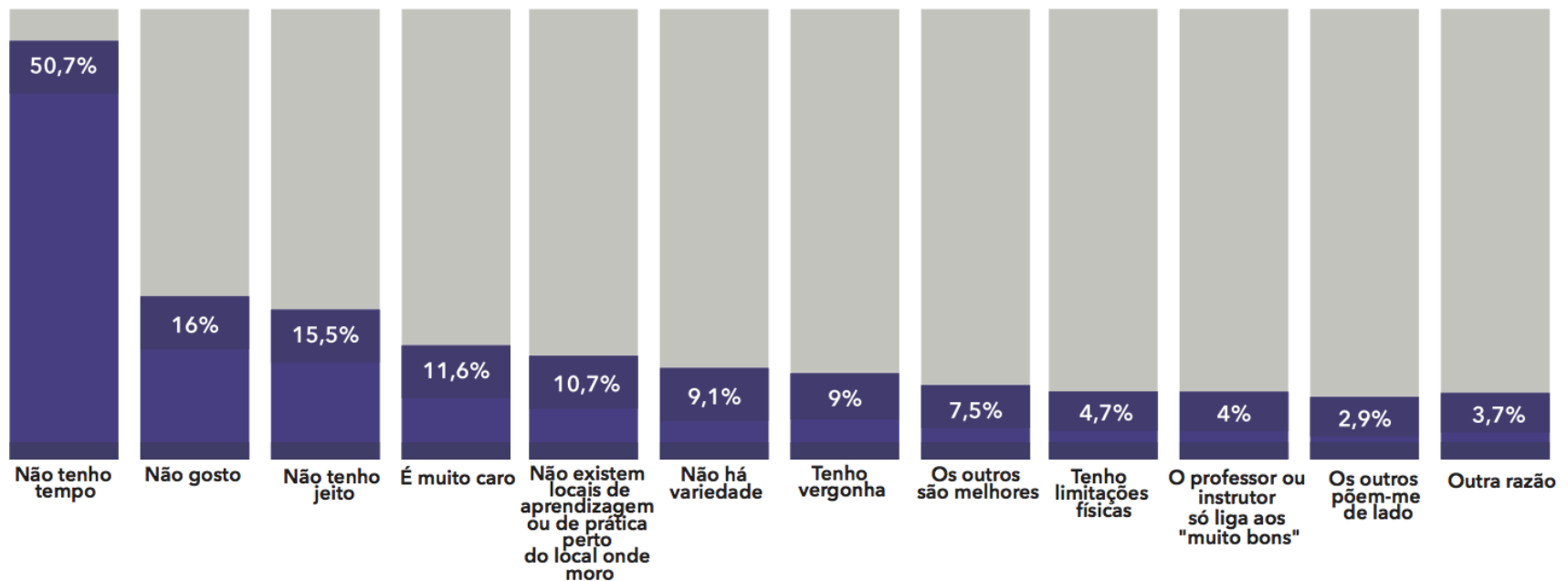
HBSC 2018 IN PORTUGAL

Tiempo de ócio



N= 6997

Dificuldades que impedem de desenvolver mais atividades de lazer nos tempos livres (N=3741)*



HBSC 2018 en PORTUGAL

Desde 1998



Lazer

Nos tempos livres costumam:

	1998	2002	2006	2010	2014	2018
Ver TV (1 a 3 horas por dia)	61,3%	56,8%	53,2%	60,7%	58,1% ↓	43,3% ↓
Jogar computador (1 a 3 horas por dia)	26%	35,4%	40,3%	41,8%	38% ↓	29,8% ↓
Usar o telemóvel	-	-	-	63,9%	71,5% ↑	89,1% ↑



hbsc
PORTUGAL
20anos



- Nuevos desafíos



RECOMENDACIONES para las FAMILIAS

As novas tecnologias vieram para ficar e são importantes para:

- **Procurar informação** (ex google; Wikipedia, etc)
- **Comunicar com outros** (email, FB, Twitter; Instagram...)
- **Divertimento** (redes sociais e juegos y juegos interativos multiplayers)

Eventuais problemas:

- Restrição da atividade física, escolar, social, familiar
- Limitação de interesses
- Cansaço e desgaste (visual, auditivo e postural)
- Stress/ tempo
- Sono
- Nutrição
- Cyberbullying e exposição a conteúdos desadequados
- Dependência (adição)
- Isolamento



RECOMENDACIONES para las FAMILIAS

- **Manter-se informado** sobre as novas tecnologias e **encorajar o diálogo** tanto sobre *sites* mais apropriados como sobre os riscos e preocupações, investindo numa relação de confiança mútua e participativa;
- **Não “diabolizar”**;
- **Modelos sociais y familiares**
- **Regular**



RECOMENDACIONES para las FAMILIAS

- **Modelos** na modificaco de hábitos e estilos de vida
- **Planear actividades familiares para promoo da saúde mental e física;**
- **Ajudar o jovem a usar e regular o uso dos recursos tecnológicos**
- **Promover hábitos saudáveis e momentos de diálogo e actividades sem ecrã (sin plantallas)**





BUEN USO DE REDES SOCIALES

SEGURIDAD
No info. importante (CI, C.C.)

AMIGOS
No aceptar desconocidos

FOTOS
NO arrojados en el espejo.

FIESTA
Si bebes NO compartas

ESTILO
Cuidar ortografía y acentos

COMPARTIR
Nombrar al autor

CHATS
Ulnitor privados. No contar tu vida.

TIEMPO
Of, adicto. Dedicar solo unas horas

SOCIEDAD
En la calle el mundo te espera.

PENSAR
Pensar antes de publicar

facebook



Natalia Giraldo



Alicia Keys



Valery Lara
Correa



Madis



¿Qué estás pensando?

→ Puntos positivos de las redes

- ✓ Comunicación instantánea.
- ✓ Facilita la relación entre culturas.
- ✓ Información y entretenimiento.
- ✓ Compartir conocimientos.
- ✓ Publicidad
- ✓ Intercambio de habilidades
- ✓ Potencia el activismo

En vivo

Foto

Estoy aquí



María Luisa Zambrano González
49 min · 🌐

...

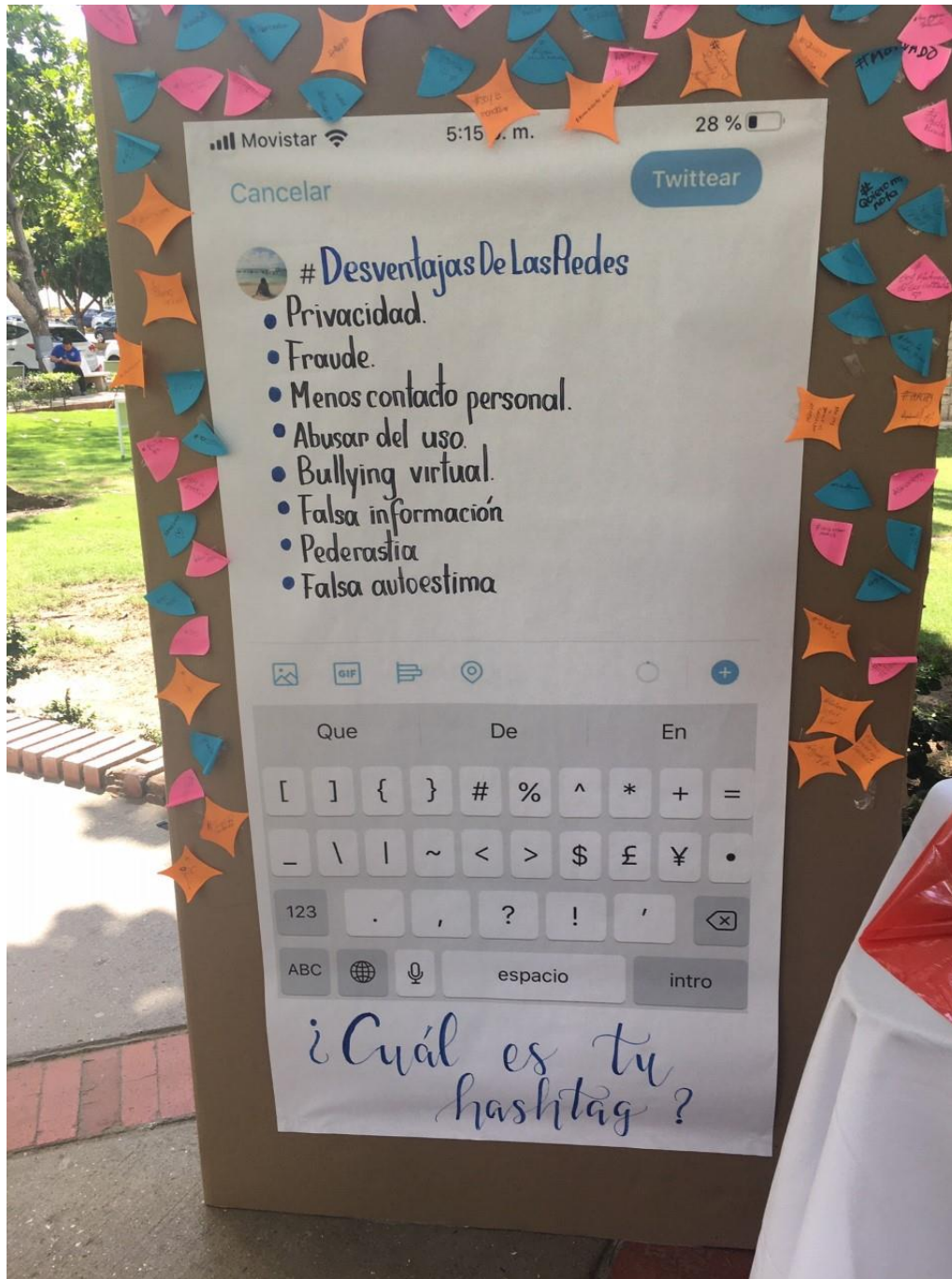


▶ Se utilizan 47 billones de minutos en FB.

Afuera Hay Vida

▶ Mujeres tienen casi 50% más información que los hombres en su muro.

Cuidado con lo que publicas



Movistar

5:15 p. m.

28%

Cancelar

Twittear



#DesventajasDeLasRedes

- Privacidad.
- Fraude.
- Menos contacto personal.
- Abusar del uso.
- Bullying virtual.
- Falsa información
- Pederastia
- Falsa autoestima



Que



De

En

[] { } # % ^ * + =

- \ | ~ < > \$ £ ¥ •

123 . , ? ! '

ABC   espacio intro

¿Cuál es tu hashtag?

Pessoas “problemas” / pessoas “soluções”

- **Foco nas oportunidades**, no suporte social e ambiental
- **Foco na “curiosidade”**, na “abertura” e na “flexibilidade”
- **Participação** das populações

– “Ambientes solidários”

Políticas públicas!

Nudge? - Nudging for health – Políticas Públicas

Arquitetura das decisões- Economia do comportamento
(Thaler et al., 2008)



Aventura Social & Saúde

hbsc
HEALTH BEHAVIOUR
IN SCHOOL-AGED
CHILDREN

Dados Nacionais 2018

A SAÚDE DOS ADOLESCENTES
PORTUGUESES APÓS A RECESSÃO



Disponível em:
www.aventurasocial.com

Análise do Estudo HBSC 2018 nas Regiões

Nesta terceira parte do estudo responderam 8922 jovens, 2990 do Norte, 1002 do Centro, 1574 de Lisboa e Vale do Tejo, 650 de Alentejo, 701 do Algarve e esta parte específica ainda 1025 da Região Autónoma dos Açores. A média de idade por região é de M=13,52 (DP=1,72) no Norte, M=13,52 (DP=1,61) no Centro, M=14,21 (DP=2,07) em Lisboa e Vale do Tejo, M=13,49 (DP=1,51) no Alentejo, M=13,97 (DP=1,81) no Algarve e M=13,79 (DP=1,85) nos Açores. Esta parte informativa é sobre as diferentes regiões do estudo HBSC 2018.

Hábitos alimentares, higiene e sono

	Norte	Centro	Lisboa	Alentejo	Algarve	Açores
Tomar o pequeno-almoço abundante a semana - todos os dias	72,8%	72,6%	67,3%	70,6%	73,5%	69,8%
Tomar o pequeno-almoço durante a semana - nunca	7,6%	6,8%	11,9%	7,7%	7,8%	10,7%
Fazer dieta (8° e 10° ano)	12%	12,1%	11,6%	12,8%	12%	17,7%
Consumo de frutas - remanente ou nunca	11,2%	9,4%	14,1%	25,9%	25,9%	19,7%
Consumo de frutas - mais do que uma vez por dia	26,7%	23,9%	26%	15,6%	16,1%	21,9%
Consumo de vegetais - remanente ou nunca	18,8%	17%	18,4%	16,1%	16,7%	12,3%
Consumo de vegetais - mais do que uma vez por dia	17,2%	14,8%	11%	16,1%	16,7%	44%
Consumo de refrigerantes - remanente ou nunca	38,9%	45,5%	39,9%	35,9%	34%	8,1%
Consumo de refrigerantes - mais do que uma vez por dia	7,5%	6,3%	9,8%	10,9%	8,4%	26,7%
Consumo de doces - remanente ou nunca	23,9%	23,9%	22,7%	23,3%	24,9%	8,6%
Consumo de doces - mais do que uma vez por dia	7%	5,7%	8,2%	8,7%	5,7%	2,6%
À procura de comida rápida a casa com frequência ou não há hora	3,8%	2,7%	4,9%	4,3%	3,3%	63,6%
Higiene oral - mais do que uma vez por dia	66,5%	68,6%	73,9%	72,5%	69,4%	43,7%
Hora de sono durante a semana (8° e 10° ano) - menos de 8 horas	37,9%	26,5%	49,4%	41,1%	38,9%	22,4%

Imagem corporal e atividade física

	Norte	Centro	Lisboa	Alentejo	Algarve	Açores
Incesso de peso* (sem obesidade)	14,3%	11,7%	17,1%	16,5%	15,8%	8,6%
Obesidade	2,8%	2,9%	4,2%	2,2%	3,6%	17,3%
Atividade física - 3 a 6 vezes por semana	50,5%	50,4%	51,7%	55,5%	54,8%	51,3%

Consumos e dependências

	Norte	Centro	Lisboa	Alentejo	Algarve	Açores
Consumo de tabaco - não fumo	94%	92,5%	94%	92%	93,5%	89,1%
Consumo de tabaco - todos os dias	2,2%	2,7%	2,7%	3,3%	1,8%	88,3%
Consumo de bebidas destiladas - remanente ou nunca	90,4%	92,3%	88,1%	86,8%	87,8%	4,8%
Consumo de bebidas destiladas - todos os dias	4,5%	2,3%	3,6%	3,2%	2,9%	88,3%
Consumo de cerveja - remanente ou nunca	91,2%	90,3%	92,4%	87,6%	91,7%	4,5%
Consumo de cerveja - todos os dias	4,3%	2,2%	3,4%	3,2%	3,3%	80,4%
Embriaguez (toda a vida) - nunca	91,6%	87,6%	84,9%	85%	85%	5,6%
Embriaguez (toda a vida) - 4 vezes ou mais	1,9%	2,2%	3,5%	6,7%	3,5%	94,2%
Consumo de drogas no último mês - nunca	96,8%	97,1%	95,6%	99,6%	97,2%	2,5%
Consumo de drogas no último mês - mais do que uma vez	2%	2%	2,4%	2,2%	3,2%	94,2%
"Marijuana" (hashis)	3,7%	3,5%	5,3%	5,4%	7,6%	13,8%
Ver TV nos tempos livres (8° e 10° ano) - várias horas por dia	16,1%	14,1%	16,1%	17,2%	14,7%	18,6%
Usar um computador nos tempos livres (8° e 10° ano) - várias horas por dia	19,4%	19,3%	20,7%	20,3%	20,7%	19,4%

Saúde e bem-estar

	Norte	Centro	Lisboa	Alentejo	Algarve	Açores
Dor de cabeça - quase todos os dias	4,7%	4,1%	6,4%	5,6%	6,5%	6,5%
Dor de estômago - quase todos os dias	1,7%	1,9%	2,8%	2%	1,7%	2,6%
Dor de costas - quase todos os dias	8,2%	6,7%	10,7%	9,4%	7,8%	19%
Cansaço/exaustão - quase todos os dias	16,8%	13,8%	23,2%	17,7%	16,9%	18,3%
Estar nervoso - quase todos os dias	8,8%	8%	11,1%	9,4%	8,1%	10,9%
Torcedor - quase todos os dias	13,6%	11,7%	15,2%	11,2%	15,3%	13,8%
Dificuldades em adormecer - quase todos os dias	6%	5,8%	7,1%	6,7%	5,8%	7%
Sentir-se tão bom que não aguenta... - quase todos os dias	12,5%	10,6%	14,6%	12,8%	13%	13,8%
Sentir-se tão bom que não aguenta... - quase todos os dias	6,1%	5%	7,8%	4,9%	4,3%	1,7%
	7,82**	7,65**	7,66**	7,79**	7,88**	7,55**

Ansiedades e lesões

	Norte	Centro	Lisboa	Alentejo	Algarve	Açores
preocupado no último ano (8° e 10° ano)	80,2%	82,5%	79,4%	83,6%	76,9%	77,4%
preocupado no último ano (8° e 10° ano)	19,8%	17,5%	20,6%	16,4%	23,1%	22,6%
nos últimos 2 meses - nunca	89,6%	87,8%	90,7%	92,9%	90,6%	86,4%
recorreu nos últimos 2 meses 2 meses - nunca	81,8%	79,9%	80,6%	81,7%	81,9%	73,4%
nos últimos 2 meses - nunca	94,2%	94,1%	95,1%	96,6%	92,9%	89,5%
no ano - nunca	92,6%	91,7%	91,7%	90,7%	90,8%	82,1%
no ano - 4 vezes ou mais	73,5%	72,1%	73,9%	72,8%	73%	71,5%
no ano - 4 vezes ou mais	4,8%	5,2%	4,2%	4,5%	3,7%	4,7%
no ano - 4 vezes ou mais	58,7%	58,6%	59,3%	54,5%	57,3%	60,8%
no ano - 4 vezes ou mais	5,4%	4,7%	5,5%	5,4%	6,8%	4%

Esperanças de futuro e ambiente familiar

	Norte	Centro	Lisboa	Alentejo	Algarve	Açores
esperanças de futuro	69%	74,1%	69,9%	67,7%	74%	65,5%
esperanças de futuro	35,9%	30,8%	38,0%	24,5%	32,8%	42,3%
esperanças de futuro	9,6%	8%	12,7%	8,5%	6,9%	12,9%
esperanças de futuro	22,8%	18,9%	23,4%	18,6%	18,4%	23%
esperanças de futuro	41,7%	43,5%	71,6%	63,1%	33,6%	66,3%
esperanças de futuro	42,1%	41,1%	40%	46,5%	39,1%	44,2%
esperanças de futuro	50,8%	47,8%	47,5%	42,2%	49,8%	44%
esperanças de futuro	12,5%	12,3%	15,8%	13,9%	16,4%	15,4%
esperanças de futuro	55,1%	58,8%	50,7%	60,1%	52,2%	48,3%
esperanças de futuro	16,6%	13,1%	17,4%	11,6%	13,2%	19,1%
esperanças de futuro	5,2%	4,4%	5,2%	4,9%	6,3%	7,3%
esperanças de futuro	12,3%	11,1%	12,9%	13,4%	12,5%	19,4%
esperanças de futuro	8,65**	8,51**	8,32**	8,96**	8,41**	8,33**

HBSC report 2018:

Matos, M.G. & Equipa Aventura Social (2018). *A saúde dos adolescentes portugueses após a recessão. Relatório do estudo Health Behaviour in School Aged Children (HBSC) em 2018* (ebook). Disponível em www.aventurasocial.com

HBSC international protocol (www.hbsc.org):

Roberts, C., Freeman J., Samdal, O., Schnohr C., Looze, M., Nic Gabhainn S., Iannotti, I., Rasmussen M., & Matos, M.G. in the International HBSC study group (2009). The Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: methodological developments and current tensions. *International Journal of Public Health*, 54(2), 140-150.

Revista de
Psicologia
da Criança e
do Adolescente

Journal of
Child and
Adolescent
Psychology

10:1 (2019)



COMPORTAMENTOS DE SAÚDE
DOS ADOLESCENTES PORTUGUESES

HEALTH BEHAVIOR AMONG
PORTUGUESE ADOLESCENTS

2018

HEALTH BEHAVIOR IN SCHOOL-AGED CHILDREN | OMS



UNIVERSIDADE LISUADA
LUSITANENSIS
Universidade Lusíada Editora
Lisboa • 2019

Revista | Journal | ISSN: 2182-8008
**Psicologia da Criança
e do Adolescente**
Child and Adolescent Psychology



Capa Sobre Acesso Registo Actual Anteriores Leitura Normas Permutas Ligações úteis Publicidade

Capa > Edições Anteriores > v. 10, n. 1 (2019)

Comportamentos de saúde dos adolescentes portugueses - 2018 = Health Behavior Among Portuguese Adolescents - 2018

Sumário

Nota introdutória	PDF 7-8
Introductory note	PDF 9-10
Editorial	PDF 11-13

Artigos

O bem-estar e a saúde mental dos adolescentes portugueses Tânia Gaspar Sintra dos Santos, Gina Tomé, Diego Gómez-Baya, Fábio Botelho Guedes, Ana Cerqueira, António Borges, Margarida Gaspar de Matos	PDF 17-27
Resiliência na adolescência: género e a idade fazem a diferença? Celeste Simões, Anabela Caetano Santos, Lúcia Canha, Margarida Gaspar de Matos	PDF 29-40
Espelho meu espelho meu como me perceciono eu: a visão dos adolescentes portugueses sobre o seu corpo Nuno Loureiro, Adilson Marques, Vânia Loureiro, Miguel Peralta, Margarida Gaspar de Matos	PDF 41-50
Autoeficácia e outras questões psicossociais: como se sentem os adolescentes portugueses Anabela Santos, Celeste Simões, Paula Lebre, Margarida Gaspar de Matos	PDF 51-61
Que escola é precisa para aprender, sem pôr em perigo o bem estar e as relações interpessoais dos adolescentes Gina Tomé, Diego Gómez-Baya, Ana Cerqueira, Margarida Gaspar de Matos	PDF 63-73
A família e os efeitos da guarda parental na relação e apoio familiar dos adolescentes Inês Camacho, Fábio Botelho Guedes, Gina Tomé, Margarida Gaspar de Matos	PDF 75-84
É bom ter, ou não ter, amigos durante a adolescência? Eis a questão, sempre atual! Gina Tomé, Inês Camacho, Fábio Botelho Guedes, António Borges, Margarida Gaspar de Matos	PDF 85-94
Os adolescentes portugueses e a igualdade de oportunidades dos migrantes Fábio Alexandre Botelho Guedes, Tânia Gaspar Sintra dos Santos, Gina Tomé, Ana Cerqueira, Margarida Gaspar de Matos	PDF 95-105
Adolescentes com limitações: estudo dos fatores associados às expectativas futuras Lúcia Canha, Celeste Simões, Margarida Gaspar de Matos	PDF 107-118
Como passam os adolescentes que vivem com doença crónica na escola, na família e com os amigos? Gina Tomé, Margarida Gaspar de Matos, Susana Gaspar, Fábio Alexandre Botelho Guedes, Ana Cerqueira, António Borges, Margarida Gaspar de Matos	PDF 119-128

UTILIZADOR

Nome de utilizador
Senha
 Memorizar nome utilizador

NOTIFICAÇÕES

Visualizar
Subscriver

IDIOMA

Selecione o idioma
Português (Portugal)

CONTEÚDO DA REVISTA

Pesquisa
Âmbito da pesquisa
Todos

Pesquisar
Por Edição
Por Autor
Por Título
Outras revistas

TAMANHO DA FONTE

INFORMAÇÕES

Disponível em: <http://revistas.lis.ulusiada.pt/index.php/rpca/issue/view/177>



www.aventurasocial.com

www.hbsc.org

e-mail:

mmatos@fmh.ulisboa.pt

fabioguedes_93@hotmail.com

aventurasocial@gmail.com

Tel.: 214149152

Facebook: <http://www.facebook.com/aventurasocial>

FMH/UL - Estrada da Costa
1495-688 Cruz Quebrada

