

PSICOEDUCAÇÃO EM SAÚDE: ESTRATÉGIAS PARA PREVENÇÃO DOS PROBLEMAS LIGADOS AO ÁLCOOL EM S. TOMÉ E PRÍNCIPE

Gabriel dos Santos Ferreira¹;

Unidade Local de Saúde de São José, Lisboa, Portugal.

<https://orcid.org/0000-0001-9011-202X>

Bruna Jarimba²;

Associação Helpo, Cascais, Portugal.

Teresa Mota³;

Unidade Local de Saúde de São José, Lisboa, Portugal.

João Cabral Fernandes⁴;

Sociedade Portuguesa de Alcoologia, Lisboa, Portugal.

Catarina Sousa⁵;

NOVA Medical School - Faculdade de Ciências Médicas, Lisboa, Portugal.

Francisca Grilo⁶;

NOVA Medical School - Faculdade de Ciências Médicas, Lisboa, Portugal.

Joana Teixeira⁷.

Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa, Portugal e Instituto para os Comportamentos Aditivos e Dependências I.P., Lisboa, Portugal.

<https://orcid.org/0000-0003-3211-7038>

RESUMO: Os problemas ligados ao álcool constituem um dos principais desafios de saúde pública a nível global, com impacto significativo na morbilidade, mortalidade e nos custos sociais e económicos associados. Em contextos de países de baixo e médio rendimento, a limitação de recursos especializados e a escassez de formação específica dos profissionais de saúde reforçam a importância de estratégias preventivas baseadas na capacitação e na promoção da literacia em saúde. A psicoeducação em saúde assume, neste enquadramento, um papel central na prevenção, deteção precoce e intervenção nos problemas ligados ao álcool. O presente estudo teve como objetivo avaliar o impacto de uma formação semiestruturada em psicoeducação sobre problemas ligados ao álcool dirigida a estudantes e profissionais de saúde em São Tomé e Príncipe. Foi realizado um estudo quantitativo, quase-experimental, com avaliação pré e pós-intervenção, através da aplicação de um questionário de conhecimentos composto por 10 itens de resposta “verdadeiro”,

“falso” ou “não sei”. A amostra foi constituída por 108 participantes, maioritariamente do sexo feminino, com idade média de 26,4 anos. Os resultados evidenciaram um aumento significativo das respostas corretas após a formação, acompanhado por uma redução expressiva das respostas erradas e das respostas de desconhecimento. A melhoria foi particularmente relevante no reconhecimento de conceitos fundamentais da alcoologia e de instrumentos de rastreio precoce, como o AUDIT. Estes resultados reforçam a relevância da psicoeducação estruturada como ferramenta eficaz de capacitação dos profissionais de saúde e como eixo fundamental das estratégias de prevenção dos problemas ligados ao álcool em contextos de saúde pública.

PALAVRAS-CHAVE: Psicoeducação em saúde. Problemas ligados ao álcool. Formação de profissionais.

HEALTH PSYCHOEDUCATION: STRATEGIES FOR THE PREVENTION OF ALCOHOL-RELATED PROBLEMS IN SÃO TOMÉ AND PRÍNCIPE

ABSTRACT: Alcohol-related problems represent one of the major global public health challenges, with substantial impacts on morbidity, mortality, and associated social and economic costs. In low- and middle-income countries, limited access to specialized services and insufficient professional training highlight the need for preventive strategies focused on capacity building and health literacy promotion. Within this framework, health psychoeducation plays a key role in prevention, early detection, and intervention regarding alcohol-related problems. This study aimed to evaluate the impact of a semi-structured psychoeducational training program on alcohol-related problems delivered to health students and professionals in São Tomé and Príncipe. A quantitative quasi-experimental design with pre- and post-intervention assessment was adopted, using a 10-item knowledge questionnaire with “true”, “false”, or “don’t know” response options. The sample included 108 participants, predominantly female, with a mean age of 26.4 years. The results showed a significant increase in correct responses after the training, along with a marked reduction in incorrect and “don’t know” responses. Improvements were particularly evident in core alcohol-related concepts and in the identification of early screening tools, such as the AUDIT. These findings support the effectiveness of structured psychoeducational training for health professionals and underscore its relevance as a cornerstone of alcohol-related problem prevention strategies in public health settings.

KEY-WORDS: Health psychoeducation. Alcohol-related problems. Professional training.

INTRODUÇÃO

A psicoeducação em saúde corresponde a uma intervenção estruturada que integra informação científica baseada em evidência com estratégias de capacitação cognitiva e

comportamental, visando promover a literacia em saúde, a autonomia dos indivíduos e a adoção de comportamentos saudáveis. Esta abordagem tem sido amplamente utilizada em diferentes áreas da saúde, demonstrando benefícios na prevenção de doenças, na adesão terapêutica, na redução do estigma e na melhoria dos resultados clínicos. (COTTER *et al.*, 2020; GREEN *et al.*, 2025)

Os problemas ligados ao álcool constituem uma das principais causas evitáveis de doença e morte a nível mundial, estando associados a um vasto conjunto de consequências médicas, psicológicas e sociais. (PEREIRA *et al.*, 2024) Para além do impacto direto na saúde individual, o consumo nocivo de álcool representa um fator relevante de sobrecarga dos sistemas de saúde, de absentismo laboral e de disfunção familiar e comunitária. A prevenção e a deteção precoce assumem, assim, um papel central nas políticas de saúde pública contemporâneas.

Em contextos como o de São Tomé e Príncipe, caracterizados por recursos limitados e por uma reduzida disponibilidade de serviços especializados em saúde mental e alcoologia, os profissionais de saúde da linha da frente desempenham um papel determinante na identificação precoce e na intervenção inicial nos problemas ligados ao álcool. (JARIMBA, 2025) Contudo, diversos estudos têm demonstrado a existência de lacunas significativas ao nível dos conhecimentos, atitudes e práticas destes profissionais relativamente ao consumo de álcool e às suas consequências. (ROMERO-RODRIGUEZ *et al.*, 2020; GREEN *et al.*, 2025; ADELMAN-MULLALLY *et al.*, 2021)

Neste enquadramento, a formação em psicoeducação dirigida a estudantes e profissionais de saúde surge como uma estratégia prioritária para reforçar competências, melhorar a qualidade das intervenções preventivas e potenciar a utilização de instrumentos de rastreio e intervenção breve. O presente estudo teve como objetivo avaliar o impacto de uma formação em psicoeducação no aumento do nível de conhecimento sobre problemas ligados ao álcool em São Tomé e Príncipe.

METODOLOGIA

Foi desenvolvido um estudo de abordagem quantitativa, de natureza aplicada, com objetivos descritivos e avaliativos, recorrendo a um delineamento quase-experimental com avaliação pré e pós-intervenção. O estudo decorreu em São Tomé e Príncipe, no âmbito de uma ação formativa dirigida a estudantes e profissionais de saúde.

A população-alvo incluiu estudantes e profissionais das áreas de Enfermagem, Psicologia e Nutrição, selecionados por conveniência. A amostra foi constituída por 108 participantes, que aceitaram voluntariamente participar no estudo após esclarecimento dos objetivos e procedimentos da investigação.

A intervenção consistiu numa formação em psicoeducação sobre problemas ligados ao álcool, com a duração de dois dias consecutivos. A formação integrou componentes

teóricas e um workshop, onde foram abordadas temáticas como “tipos de consumo de álcool”, “Particularidades do consumo de álcool nas mulheres”, “Perturbações do uso de álcool – rastreio, diagnóstico e tratamento”, “Entrevista Motivacional”, “Aconselhamento e Intervenções breves” e “Unidades de tratamento especializado para perturbações de uso do álcool”, ministradas por dois médicos psiquiatras com experiência na área da alcoologia. Os conteúdos abordaram conceitos fundamentais sobre consumo de álcool, consequências clínicas e psicossociais, critérios diagnósticos, instrumentos de rastreio precoce e estratégias de prevenção e intervenção breve.

A recolha de dados foi realizada através da aplicação de um questionário de conhecimentos composto por 10 itens, com opções de resposta “verdadeiro”, “falso” ou “não sei”, aplicado imediatamente antes e após a formação. A análise dos dados foi efetuada com recurso a estatística descritiva, utilizando o software SPSS™, permitindo comparar a distribuição das respostas nos dois momentos de avaliação.

RESULTADOS

A amostra foi constituída por 108 participantes (4 excluídos por respostas incompletas ao questionário), maioritariamente do sexo feminino (80%), com idade média de 26,4 anos. Antes da intervenção, observaram-se lacunas relevantes ao nível do conhecimento sobre problemas ligados ao álcool, traduzidas numa proporção significativa de respostas erradas e de respostas “não sei” em vários itens do questionário.

Após a formação, verificou-se um aumento global das respostas corretas, passando de 77,8% no momento pré-intervenção para 85,5% no momento pós-intervenção. Em paralelo, registou-se uma redução global de aproximadamente 31% das respostas “erradas” e “não sei”. As melhorias mais expressivas foram observadas nos itens relacionados com a identificação de instrumentos de rastreio precoce, nomeadamente o AUDIT, bem como no reconhecimento de conceitos essenciais associados aos problemas ligados ao álcool e às estratégias de prevenção.

DISCUSSÃO

Os resultados obtidos evidenciam que a formação em psicoeducação teve um efeito positivo no aumento do conhecimento de estudantes e profissionais de saúde sobre problemas ligados ao álcool. A redução significativa das respostas erradas e de desconhecimento sugere não apenas uma aquisição de novos conhecimentos, mas também uma maior segurança conceptual dos participantes relativamente aos temas abordados.

A melhoria observada no reconhecimento de instrumentos de rastreio precoce, como o AUDIT, é particularmente relevante do ponto de vista da prática clínica, uma vez que a utilização sistemática destes instrumentos pelos profissionais de saúde constitui um dos pilares da deteção precoce e da intervenção breve. Estes achados estão em concordância

com a literatura internacional, que demonstra que a formação estruturada dos profissionais de saúde se associa a melhorias nas atitudes, práticas e taxas de identificação de consumo nocivo de álcool. (ADELMAN-MULLALLY *et al*, 2021; BERNSTEIN *et al*, 2023)

Em contextos de recursos limitados, como São Tomé e Príncipe, a capacitação dos profissionais de saúde assume um papel ainda mais central, funcionando como uma estratégia eficaz e economicamente viável para a prevenção dos problemas ligados ao álcool. (JARIMBA, 2025) Apesar das limitações inerentes ao delineamento quase-experimental e à ausência de um grupo de controlo, os resultados sugerem que intervenções formativas relativamente breves podem produzir ganhos relevantes ao nível do conhecimento.

Futuros estudos poderão aprofundar estes resultados através da avaliação do impacto a médio e longo prazo da formação, bem como da sua tradução em mudanças efetivas nas práticas clínicas e nos comportamentos de rastreio e intervenção.

CONCLUSÃO

A psicoeducação em saúde demonstrou ser uma estratégia eficaz para aumentar o nível de conhecimento de estudantes e profissionais de saúde sobre problemas ligados ao álcool em São Tomé e Príncipe. A formação semiestruturada contribuiu para melhorar a compreensão de conceitos fundamentais da alcoologia e para reforçar a capacidade de identificação precoce do consumo nocivo de álcool.

Os resultados obtidos reforçam a importância de integrar programas de formação em psicoeducação nas estratégias de saúde pública, particularmente em contextos com limitações de recursos especializados. A capacitação dos profissionais de saúde constitui um eixo fundamental para a prevenção, deteção precoce e intervenção nos problemas ligados ao álcool, com potencial impacto positivo na saúde individual e coletiva.

DECLARAÇÃO DE INTERESSES

Nós, autores deste artigo, declaramos que não possuímos conflitos de interesses de ordem financeira, comercial, político, académico e pessoal.

REFERÊNCIAS

ADELMAN-MULLALLY, T.; KERBER, C.; REITZ, O. E.; KIM, M. Alcohol abstinence self-efficacy and recovery using Alcoholics Anonymous®: an integrative review of the literature. **Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services**, v. 59, n. 12, p. 33–39, 2021. DOI: 10.3928/02793695-20210324-05.

BERNSTEIN, E. Y.; PFOH, E. R.; LE, P.; ROTHBERG, M. B. Relationship between primary care providers' perceptions of alcohol use disorder and pharmacotherapy prescribing rates.

Alcohol and Alcoholism, v. 58, n. 1, p. 54–59, 2023. DOI: 10.1093/ /agac057.

COTTER, T. G.; AYOUB, F.; KING, A. C.; REDDY, K. G.; CHARLTON, M. Practice habits, knowledge, and attitudes of hepatologists to alcohol use disorder medication: sobering gaps and opportunities. **Transplantation Direct**, v. 6, n. 10, e603, 2020. DOI: 10.1097/TXD.0000000000001054.

GREEN, F. O.; HARLOWE, A. K.; EDWARDS, A.; ALFORD, D. P.; CHOXI, H.; GERMAN, J. S.; LING, D.; PAWLUKIEWICZ, I.; PETERSON, R.; VON STERNBERG, K.; VELASQUEZ, M. M. Multi-level approaches to fetal alcohol spectrum disorders prevention education and training for health professionals. **Substance Use and Addiction Journal**, v. 46, n. 2, p. 430–438, 2025. DOI: 10.1177/29767342241273397.

JARIMBA, B. Sem riscos de género – prevenir, reabilitar e reinserir as mulheres com problemas ligados ao álcool, em São Tomé e Príncipe. **Revista Portuguesa de Alcoologia**, 2025. v. 6, n. 2, p. 36–39. Disponível em: https://spalcoologia.pt/wp-content/uploads/2025/11/SPA_REVISTA_V6N2.pdf. Acesso em: 1 dez. 2025.

MATOS PEREIRA, I.; VIDÓ, I.; NOGUEIRA, V.; TEIXEIRA, J. Intervenção no consumo de álcool durante a gravidez em Portugal. **Acta Médica Portuguesa**, v. 37, n. 3, p. 237–238, 2024. DOI: <https://doi.org/10.20344/amp.21059>.

ROMERO-RODRÍGUEZ, E.; PÉRULA DE TORRES, L. Á.; RUIZ MORAL, R.; FERNÁNDEZ GARCÍA, J. Á.; PARRAS REJANO, J. M.; ROLDÁN VILLALOBOS, A.; CAMARELLES GUILLEM, F. Training health providers to address unhealthy alcohol use in primary care: a cross-sectional, multicenter study. **BMC Health Services Research**, v. 20, art. 877, 2020. DOI: 10.1186/s12913-020-05730-4.