



Literacia em Saúde Mental e Consumo de Substâncias em Estudantes de Enfermagem – Um Estudo Descritivo-Correlacional

Mental Health Literacy and Substance Use Among Nursing Students – A Descriptive-Correlational Study

Alfabetización en Salud Mental y Consumo de Sustancias en Estudiantes de Enfermería – Un Estudio Descritivo-Correlacional

Joana Roberta Olim Vieira¹

Maria Luísa Franco Vieira Gonçalves²

Tânia Marlene Gonçalves Lourenço³

¹Enfermeira Especialista e Mestre em Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica; Enfermeira na Unidade de Tratamento e Reabilitação da Toxicodependência, 9000-495 Funchal (Monte), Madeira, joanarovieira@gmail.com

²Professora Adjunta na Escola Superior de Enfermagem São José de Cluny, 9000-535 Funchal, Madeira; Doutoranda em Ciências de Enfermagem, ICBAS-UP, luisagoncalves@esesjcluny.pt

³Professora Adjunta na Escola Superior de Enfermagem São José de Cluny, 9000-535 Funchal, Madeira; Investigador Integrado do CINTESIS@RISE, tmlourenco@esesjcluny.pt

Autor de Correspondência:

Joana Vieira, Machico, joanarovieira@gmail.com

Artigo extraído de Dissertação de Mestrado “Literacia em Saúde Mental e Consumo de Substâncias em Estudantes de Enfermagem – Um Estudo Descritivo-Correlacional”, 2025, apresentado na Escola Superior de Enfermagem São José de Cluny

Resumo

Introdução: A crescente preocupação com o consumo de substâncias entre jovens adultos, especialmente estudantes da área da saúde, reforça a importância de investigar



este fenómeno no ensino superior. A literacia em saúde mental constitui uma ferramenta essencial na promoção do conhecimento, prevenção e tratamento de problemas de saúde mental.

Objetivo: Analisar a relação entre o nível de literacia em saúde mental e o consumo de substâncias em estudantes de Enfermagem.

Metodologia: Estudo transversal, descritivo-correlacional, com amostra não probabilística por conveniência de 127 estudantes de Enfermagem de uma Instituição de Ensino Superior portuguesa. A recolha de dados decorreu entre abril e maio de 2024, através de questionário online com dados sociodemográficos, o Questionário de Conhecimento de Saúde Mental (QCSM) e a Escala The Alcohol, Smoking and Substance Involvement Screening Test (ASSIST). A análise foi realizada no SPSS® v.29, recorrendo à estatística descritiva e inferencial. O estudo obteve parecer favorável de uma comissão de ética.

Resultados: A amostra maioritariamente feminina (77,2%), com idades entre 18 e 42 anos; 22,8% possuíam diagnóstico de saúde mental. A média do QCSM foi de 47,4 (+3,78), observando-se níveis mais elevados nos anos letivos avançados e nos estudantes que frequentaram unidades curriculares de saúde mental ($p \leq 0,001$). As substâncias mais consumidas foram álcool (84,3%), tabaco (42,5%), ansiolíticos/sedativos (22%) e cannabis (21,3%). Não se verificou relação significativa entre a literacia em saúde mental e o consumo de substâncias ($r = -0,094$ a $0,05$).

Conclusão: A literacia em saúde mental não se associou aos padrões de consumo, reforçando a necessidade de estudos adicionais para explorar outros fatores influenciadores.

Palavras-Chave: Literacia em Saúde Mental; Consumo de Substâncias; Estudantes do Ensino Superior; Enfermagem

Abstract

Introduction: The growing concern about substance use among young adults, especially health science students, reinforces the importance of investigating this phenomenon in higher education. Mental health literacy is an essential tool in promoting knowledge, prevention, and treatment of mental health problems.

Objective: To analyze the relationship between the level of mental health literacy and substance use among nursing students.

Methodology: A cross-sectional, descriptive-correlational study with a non-probabilistic convenience sample of 127 nursing students from a Portuguese Higher Education Institution. Data were collected between April and May 2024 through an online questionnaire including sociodemographic data, the Mental Health Knowledge



Questionnaire (MHKQ), and the Alcohol, Smoking and Substance Involvement Screening Test (ASSIST). Data analysis was performed using SPSS® v.29, applying descriptive and inferential statistics. The study received ethical approval from a research ethics committee.

Results: The sample was predominantly female (77.2%), aged between 18 and 42 years; 22.8% reported a mental health diagnosis. The mean MHKQ score was 47.4 (+3.78), with higher levels observed among students in advanced academic years and those who had attended mental health-related courses ($p \leq 0.001$). The most commonly used substances were alcohol (84.3%), tobacco (42.5%), anxiolytics/sedatives (22%), and cannabis (21.3%). No significant relationship was found between mental health literacy and substance use ($r = -0.094$ to 0.05).

Conclusion: Mental health literacy does not appear to be associated to substance use patterns, highlighting the need for further studies to explore additional influencing factors.

Keywords: Mental Health Literacy; Substance Use; Higher Education Students; Nursing

Resumen

Introducción: La creciente preocupación por el consumo de sustancias entre los jóvenes adultos, especialmente los estudiantes del área de la salud, refuerza la importancia de investigar este fenómeno en la educación superior. La alfabetización en salud mental constituye una herramienta esencial para la promoción del conocimiento, la prevención y el tratamiento de los problemas de salud mental.

Objetivo: Analizar la relación entre el nivel de alfabetización en salud mental y el consumo de sustancias en estudiantes de Enfermería.

Metodología: Estudio transversal, descriptivo-correlacional, con una muestra no probabilística por conveniencia de 127 estudiantes de Enfermería de una Institución de Educación Superior portuguesa. La recolección de datos se realizó entre abril y mayo de 2024 mediante un cuestionario en línea con datos sociodemográficos, el Cuestionario de Conocimientos en Salud Mental (QCSM) y la escala Alcohol, Smoking and Substance Involvement Screening Test (ASSIST). El análisis se efectuó con SPSS® v.29, utilizando estadística descriptiva e inferencial. El estudio obtuvo la aprobación de un comité de ética.

Resultados: La muestra fue mayoritariamente femenina (77,2%), con edades entre 18 y 42 años; el 22,8% tenía diagnóstico de salud mental. La media del QCSM fue de 47,4 (+3,78), con niveles más altos en los cursos avanzados y entre quienes cursaron asignaturas de salud mental ($p \leq 0,001$). Las sustancias más consumidas fueron alcohol (84,3%), tabaco (42,5%), ansiolíticos/sedantes (22%) y cannabis (21,3%). No se encontró



relación significativa entre la alfabetización en salud mental y el consumo de sustancias ($r = -0,094$ a $0,05$).

Conclusión: La alfabetización en salud mental no se asoció con los patrones de consumo, lo que resalta la necesidad de realizar más estudios que exploren otros factores influyentes.

Palabras Clave: Alfabetización en Salud Mental; Consumo de Sustancias; Estudiantes de Educación Superior; Enfermería

Submetido: 07/01/2026

Aceite: 07/01/2026

Introdução

À luz da literatura atual, reconhece-se que o consumo de substâncias constitui um problema de saúde pública e social de natureza crescente, com impacto negativo multidimensional na saúde mental (SM), particularmente entre estudantes do ensino superior. A entrada na universidade configura um período crítico de transição, marcado pela passagem de um contexto escolar mais estruturado para um ambiente caracterizado por maior autonomia e liberdade. Este processo pode comprometer o bem-estar psicológico e o rendimento académico, aumentando a suscetibilidade ao desenvolvimento de problemas de SM (Pires et al., 2019; Oliveira & Levindo, 2020).

As transições desenvolvimentais inerentes a esta fase tendem a desencadear respostas emocionais diversas, frequentemente associadas às exigências do processo de adaptação. Estas podem manifestar-se por instabilidade emocional, diminuição da autoestima, alterações nos papéis sociais e académicos e sintomas como ansiedade, depressão e insegurança, até que seja alcançado um novo equilíbrio psicossocial (Tavares, 2014). Neste contexto, o recurso a substâncias como álcool, cafeína ou psicofármacos pode emergir como uma estratégia imediata de alívio do stress, da ansiedade e de sintomas depressivos, funcionando como um mecanismo de coping desadaptativo (Sequeira, Carvalho, Borges & Sousa, 2013).

A transição para o ensino superior é amplamente descrita como uma fase marcada por elevados níveis de stress, resultantes de profundas mudanças académicas e psicossociais. Estas transformações influenciam diversos comportamentos associados ao estilo de vida, incluindo padrões alimentares, prática de exercício físico, consumo de álcool, tabaco e outras drogas, atividade sexual e bem-estar psicológico (Silva, Brito & Amado, 2013). Paralelamente, o aumento da autonomia e a diminuição da supervisão familiar favorecem a adoção de comportamentos de risco, estando esta etapa do ciclo



vital associada a picos no consumo de substâncias, o que coloca os estudantes do ensino superior num grupo particularmente vulnerável ao desenvolvimento de comportamentos aditivos (McAlaney et al., 2021).

Neste enquadramento, assume especial relevância a literacia em saúde mental (LSM), entendida como a capacidade de aceder, compreender e utilizar informação relacionada com a SM, permitindo reconhecer sinais de sofrimento psicológico, adotar estratégias de coping adequadas e procurar ajuda atempadamente (Jorm et al., 1997). Níveis reduzidos de LSM podem comprometer estas competências e potenciar o recurso ao consumo de substâncias como forma de autorregulação emocional, segundo Jorm (2012).

A evidência científica tem vindo a demonstrar a importância da literacia em saúde e em SM como fator determinante na promoção de comportamentos preventivos e na redução de comportamentos de risco, incluindo o consumo de substâncias, entre estudantes do ensino superior (Nutbeam, 2000; Jorm et al., 1997).

O estudo de Ferreira et al. (2022) evidencia que a literacia em comportamentos aditivos não é homogênea, sendo influenciada por variáveis académicas como o desempenho académico e o ano curricular, verificando-se uma predominância de níveis moderados e baixos de literacia, sobretudo em momentos específicos do percurso académico.

De forma complementar, Moutinho, Longo, Gomes, Moreira & Valentim (2023) concluíram no seu estudo que, embora não tenham sido identificadas correlações estatisticamente significativas entre a literacia em saúde e o consumo de substâncias, os jovens apresentam níveis globalmente desadequados de literacia. Estes resultados reforçam a necessidade de intervenções estruturadas, uma vez que a literacia em saúde constitui um pilar fundamental para a tomada de decisões informadas e para a adoção de comportamentos de saúde mais seguros.

A revisão de literatura realizada por Regne, Tavares & Reinaldo (2020) aprofunda esta compreensão ao evidenciar que os estudantes de enfermagem estão expostos a múltiplos fatores de risco no contexto académico, nomeadamente o fácil acesso às substâncias e a pressão associada à formação. O baixo nível de conhecimento, aliado a crenças e atitudes negativas, emerge como um fator transversal potenciador do consumo, corroborando a relevância da literacia e das variáveis académicas neste fenómeno. Acresce que os motivos associados ao consumo são diversos, englobando fatores emocionais, sociais e estratégias de coping face ao stress académico.

Por sua vez, Pires et al. (2019) identificaram uma associação positiva entre o consumo de substâncias lícitas e ilícitas e a presença de sinais de sofrimento psicológico, como ansiedade, depressão e stresse, sugerindo que o consumo pode atuar simultaneamente como consequência e agravante dos problemas de SM. Estes resultados articulam-se com a pressão académica descrita por Regne et al. (2020) e com a fragilidade da literacia evidenciada nos estudos mais recentes. De igual modo, os achados de Valenciano, Costa Junior & Vasters (2010), apesar de anteriores, mantêm atualidade ao demonstrarem uma elevada prevalência de consumo de álcool e uma perceção limitada dos riscos



associados, evidenciando a persistência de níveis insuficientes de literacia em saúde e em comportamentos aditivos.

Em síntese, a literatura evidencia que a literacia em saúde e em comportamentos aditivos entre estudantes de enfermagem é globalmente heterogénea e frequentemente insuficiente, apresentando níveis predominantemente baixos ou moderados, influenciados por variáveis académicas como o ano curricular e o desempenho académico (Ferreira et al., 2022; Moutinho et al., 2023). Paralelamente, os estudantes encontram-se expostos a múltiplos fatores de risco no contexto académico, incluindo pressão formativa, fácil acesso às substâncias e estratégias de coping desadaptativas face ao stress, ansiedade e depressão, fatores que se associam ao consumo de substâncias lícitas e ilícitas e à perceção limitada dos riscos (Regne et al., 2020; Pires et al., 2019; Valenciano et al., 2010). Estes achados reforçam a relevância da literacia como pilar central da tomada de decisão informada e da prevenção do consumo, sustentando a necessidade de intervenções estruturadas e direcionadas ao percurso académico dos estudantes de enfermagem.

Não obstante, a evidência em contexto português sobre a relação entre a LSM e o consumo de substâncias nesta população permanece limitada. Esta lacuna é particularmente relevante face aos desafios emocionais, psicológicos e académicos que caracterizam o percurso dos estudantes de enfermagem, nomeadamente a exposição precoce ao sofrimento humano, a carga emocional dos estágios clínicos e a elevada exigência relacional no cuidado em saúde. Assim, a escassez de estudos que articulem estes domínios, conjugada com a vulnerabilidade acrescida deste grupo, fundamentou o desenvolvimento do presente estudo, o qual consideramos inovador e de pertinência significativa para a área da SM em contexto académico.

Metodologia

Realizou-se um estudo descritivo-correlacional, de abordagem quantitativa, com o objetivo de analisar a relação entre os níveis de LSM e o consumo de substâncias entre estudantes do Curso de Licenciatura em Enfermagem (CLE). A questão de investigação formulada foi: Qual a relação entre os níveis de literacia em saúde mental e o consumo de substâncias dos estudantes do CLE? Os objetivos específicos incluíram: (a) identificar os níveis de LSM; (b) caracterizar os consumos de substâncias; (c) relacionar a LSM com variáveis sociodemográficas e clínicas; (d) relacionar o consumo de substâncias com essas mesmas variáveis. Estabeleceu-se como hipótese que estudantes com níveis mais elevados de LSM apresentam menor consumo de substâncias.

A população-alvo foi constituída pelos 157 estudantes inscritos no CLE de uma instituição privada portuguesa no ano letivo 2023/2024. O cálculo amostral, realizado na plataforma Qualtrics para uma população finita e um nível de confiança de 95%, indicou um tamanho mínimo de 112 participantes. Foi selecionada uma amostra não



probabilística, de acordo com os seguintes critérios de inclusão: a) ter idade superior ou igual a 18 anos; b) ser estudante do Curso de Licenciatura da Instituição de Ensino Superior participante; c) aceitar participar no estudo livre e esclarecidamente.

A recolha de dados decorreu entre abril e maio de 2024, através de um questionário online de autopreenchimento (Microsoft Forms), composto por duas secções: (1) variáveis sociodemográficas, clínicas e estilos de vida; e (2) os instrumentos Alcohol, Smoking and Substance Involvement Screening Test – ASSIST (Mostardinha; Bártolo; Bonifácio & Pereira, 2019) e Questionário de Conhecimento de Saúde Mental – QCSM (Chaves; Duarte; Sampaio; Coelho & Sequeira, 2023).

O ASSIST, desenvolvido pela Organização Mundial da Saúde, é um instrumento de rastreio do consumo de substâncias psicoativas, permitindo avaliar o grau de envolvimento e o risco associado ao consumo de diversas substâncias. A versão 3.1 foi adaptada e validada para o português europeu, apresentando propriedades psicométricas adequadas em estudantes do ensino superior (Mostardinha et al., 2019).

O QCSM corresponde à versão portuguesa do Mental Health Knowledge Questionnaire (MHKQ), traduzido e validado por Chaves et al. (2023). A escala é composta por 14 itens organizados em três dimensões: Dimensão 1 (D1) - Conhecimento sobre as características da saúde mental e dos transtornos mentais; Dimensão 2 (D2) - Crença na epidemiologia dos transtornos mentais; e Dimensão 3 (D3) - Consciencialização sobre atividades de promoção da saúde mental. O instrumento apresenta consistência interna aceitável e é considerado válido para avaliar a LSM em estudantes do ensino superior, segundo Chaves et al. (2023). Todas as autorizações para utilização dos instrumentos foram previamente obtidas.

Os estudantes receberam o link de acesso por correio eletrónico institucional, acompanhado de informação detalhada sobre os objetivos do estudo e os procedimentos de participação. Após a aceitação do consentimento informado, os participantes acederam ao questionário de forma anónima. Foi realizado um pré-teste com 10 estudantes para garantir a clareza e compreensão dos itens.

A análise estatística foi realizada no software IBM SPSS Statistics® versão 29.0. A normalidade das variáveis foi avaliada através do teste de Kolmogorov–Smirnov com correção de Lilliefors. Atendendo à distribuição dos dados, recorreu-se a testes não paramétricos, nomeadamente correlação de Spearman, testes de Mann–Whitney e Kruskal–Wallis, bem como ao teste do Qui-quadrado de Pearson ou teste exato de Fisher, conforme os pressupostos aplicáveis.

A análise desenvolvida baseou-se exclusivamente em correlações bivariadas, não tendo sido aplicados modelos multivariados que permitissem controlar potenciais variáveis de confusão, como fatores psicossociais, níveis de stress académico ou suporte social. Esta limitação restringe a capacidade de inferir a influência independente da LSM sobre o consumo de substâncias. Ainda assim, os resultados obtidos permitem uma caracterização inicial das associações entre estas variáveis numa população específica de estudantes do CLE, constituindo uma base relevante para investigações futuras.



O estudo obteve aprovação da Comissão de Ética (Parecer n.º 004/24) e autorização formal da instituição de ensino participante.

Resultados

O presente estudo analisou a LSM e o consumo de substâncias numa amostra de 127 estudantes de Enfermagem. A maioria dos participantes era do sexo feminino (77,20%), solteira (93,70%) e apresentava idade média de 21,94 anos (DP = 4,20; Min = 18; Máx = 42). Os participantes maioritariamente frequentavam o 3º ano do CLE, com 39 inquiridos (30,70%), seguindo-se o 2º ano com 32 inquiridos (25,20%).

Cerca de 22,80% referiram já ter recebido um diagnóstico de SM; 15,70% procuraram serviços de saúde por problemas de SM; 43,30% estavam ou estiveram em acompanhamento especializado. A história familiar de doença mental foi reportada por 44,10% dos estudantes. Dos inquiridos apenas 32,30% praticavam exercício físico regularmente.

Relativamente à formação, 51,20% frequentaram a unidade curricular de SM e apenas 21,30% realizaram estágio na referida área.

A LSM dos Estudantes de Enfermagem, foi avaliada com recurso ao “Questionário de Conhecimento de Saúde Mental - QCSM”.

Os resultados evidenciaram níveis elevados de concordância nos itens relacionados com o reconhecimento de problemas mentais e atitudes de promoção da SM (Tabela 1). Na D1, 78,00% concordaram totalmente que muitas pessoas apresentam problemas mentais sem se aperceber disso, e 89,00% concordaram totalmente que atitudes positivas, boas relações interpessoais e estilos de vida saudáveis contribuem para a manutenção da SM. Na D2, verificou-se maior variabilidade de respostas, com 31,50% a concordar parcialmente e 30,70% totalmente que os distúrbios mentais são causados por stressores externos. Na D3, observaram-se elevados níveis de consciencialização geral sobre datas importantes da saúde, nomeadamente o Dia Mundial da Saúde Mental (90,60%).

Tabela 1- Dados descritivos do Questionário de Conhecimento de Saúde Mental

	Discordo totalmente	Discordo parcialmente	Não concordo Nem discordo	Concordo parcialmente	Concordo totalmente
	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)



Dimensão 1	3-Muitas pessoas têm problemas mentais, mas não se apercebem disso.	-	1 (0,80)	1 (0,80)	6 (20,50)	2 9 (78,00)	9
	5-Os componentes da saúde mental incluem inteligência normal, humor estável, atitude positiva, boas relações interpessoais, e capacidade de adaptação.	-	4(3,10)	8 (6,30)	44 (34,60)		71 (55,90)
	7-Devem ser procurados serviços psicológicos ou psiquiátricos se suspeitarmos da presença de problemas ou distúrbios mentais.	-	1 (0,80)	2 (1,60)	19 (15,00)		105(82,70)
	11-Atitudes positivas, boas relações interpessoais e um estilo de vida saudável podem ajudar a manter a saúde mental.	-		1 (0,80)	13 (10,20)		113(89,00)
	12-Indivíduos com história familiar de distúrbios mentais correm maior risco de problemas psicológicos e distúrbios mentais.	-	3 (2,40)	9 (7,10)	59 (46,50)		56 (44,10)
Dimensão 2	16-Problemas ou distúrbios mentais podem ocorrer quando um indivíduo está sob stress psicológico ou enfrenta um importante evento na sua vida (por exemplo, a morte de membros da família).	-	2 (1,60)	1 (0,80)	23 (18,10)		101(79,50)
	4-Todos os distúrbios mentais são causados por stressores externos.	6 (4,70)	27 (21,30)	15 (11,80)	40 (31,50)		39 (30,70)
	10-Mesmo para distúrbios mentais graves (por exemplo, esquizofrenia) os medicamentos apenas devem ser tomados por um determinado período de tempo.	6 (4,70)	27 (21,30)	26 (20,50)	18 (14,20)		50 (39,40)
	13-Problemas psicológicos nos adolescentes não influenciam o seu desempenho escolar.	6 (4,70)	1 (0,80)	3 (2,40)	6 (4,70)		111(87,40)
Dimensão 3	14-É improvável que indivíduos de meia-idade ou idosos desenvolvam problemas psicológicos e distúrbios mentais.	4 (3,10)	7 (5,50)	6 (4,70)	8 (6,30)		102(80,30)
	17-Já ouviu falar sobre o Dia Mundial da Saúde Mental?		12 (9,40)				115 (90,60)
	18-Já ouvir falar sobre o Dia Internacional contra o Abuso e o Tráfico Ilícito de Drogas?		59 (46,50)				68 (53,50)
	19-Já ouviu falar sobre o Dia Mundial da Prevenção do Suicídio?		29 (22,80)				98 (77,20)
	20-Já ouviu falar sobre o Dia Mundial do Sono?		31 (24,40)				96 (75,60)

A análise inferencial revelou que o ano de matrícula se associou significativamente aos scores do QCSM ($p \leq 0,001$), tal como a realização de estágio na área ($p = 0,005$), indicando maior literacia entre estudantes dos anos mais avançados e com experiência prática em SM.



O consumo de substâncias (avaliado através do ASSIST), mostrou-se mais prevalente para o álcool (84,30%), seguido do tabaco (42,50%), ansiolíticos/sedativos/hipnóticos (22,00%) e cannabis (21,30%). A curiosidade foi o principal motivador para experimentar as referidas substâncias (70,90%).

A análise descritiva dos consumos de substâncias nos últimos três meses (com respostas variando entre “nunca” e “cinco a sete vezes por semana” - Tabela 2), demonstrou que o álcool apresentou a média mais elevada ($M = 3,81$; $DP = 5,08$), seguido do tabaco ($M = 3,48$; $DP = 7,20$), ambos com elevada dispersão, sugerindo a existência de subgrupos com consumo mais frequente. A cannabis ($M=1,05$; $DP=3,28$) e os ansiolíticos/sedativos/hipnóticos ($M=0,76$; $DP=3,04$) apresentaram médias e variabilidade reduzidas, refletindo consumo residual na maioria dos participantes.

Tabela 2 - Medidas de tendência central referentes ao consumo de substâncias pelos estudantes nos últimos 3 meses

ASSIST	M	Md	DP	Min	Máx	S ²
ASSIST Total Tabaco (0-39)	3,48	0,00	7,20	0	28	51,85
ASSIST Total Álcool (0-39)	3,81	0,00	5,08	0	27	25,80
ASSIST Total Cannabis (0-39)	1,05	0,00	3,28	0	24	10,79
ASSIST Total Ansiolíticos/ Sedativos/ Hipnóticos (0-39)	0,76	0,00	3,04	0	24	9,24

Legenda: M – Média; Md – Mediana; DP – Desvio Padrão; S² – Variância.

Em relação aos padrões de risco, os dados revelaram que o tabaco apresentava a maior proporção de estudantes em risco moderado ou elevado (17,70%), enquanto os ansiolíticos/sedativos/hipnóticos apresentaram 90,60% dos participantes em baixo risco. As correlações entre substâncias foram estatisticamente significativas, destacando-se relações fortes entre álcool e tabaco ($\rho = 0,713$; $p \leq 0,001$) e entre álcool e cannabis ($\rho = 0,681$; $p \leq 0,001$). A correlação entre o uso de álcool e ansiolíticos/sedativos/hipnóticos foi positiva moderada, e estatisticamente significativa, ($\rho = 0,391$, $p \leq 0,001$). Embora a correlação seja mais fraca comparativamente nas observadas com o tabaco e a cannabis, ainda assim, há uma tendência de que aqueles que fazem uso de álcool também estejam envolvidos com ansiolíticos/ sedativos/ hipnóticos.

Contudo, verificaram-se associações significativas entre o ano de matrícula e o risco de consumo de tabaco ($p = 0,045$), com maior risco no 2.º ano, e entre o ano e o risco de consumo de ansiolíticos/sedativos/hipnóticos ($p = 0,002$), com maior risco no 1.º e 2.º anos. Observou-se também que todos os estudantes que frequentaram a unidade curricular de SM foram classificados como de baixo risco para os ansiolíticos/sedativos/hipnóticos, contrastando com 12,90% dos que não frequentaram a unidade curricular.



A análise das correlações de Spearman (Tabela 3) evidenciou ausência de associações estatisticamente significativas entre o score total da LSM (QCSM total) e o consumo global de substâncias, bem como com os consumos específicos de álcool, tabaco, cannabis e ansiolíticos/sedativos/hipnóticos ($p > 0,05$), não se confirmando a hipótese principal do estudo. Em contraste, observaram-se correlações negativas fracas, mas estatisticamente significativas, entre dimensões específicas da LSM e determinados consumos: a D2 correlacionou-se negativamente com o consumo de cannabis (-0,122), e a D3 correlações negativas com o consumo de tabaco (-0,129) e de ansiolíticos/sedativos/hipnóticos (-0,126).

Estes resultados sugerem que, embora a LSM global não se associe diretamente à redução do consumo de substâncias, componentes mais específicas e aplicadas da literacia, como a consciencialização para atividades de promoção da SM e as crenças sobre a epidemiologia dos transtornos mentais, podem desempenhar um papel relevante na modulação de alguns comportamentos de consumo. Atendendo à fraca magnitude das correlações, os resultados devem ser interpretados com prudência, reforçando o carácter exploratório do estudo.

Tabela 3 - Matriz de correlação entre o Questionário de Conhecimento de Saúde Mental e o ASSIST

Correlação		SSIST	A	A	SSIST	A	AS
		Total	Álcool	SSIST	Total	SSIST	SIST Total
r de Spearman	QCSM D1	0,002	0,058	-	0,072	0,015	-
	QCSM D2	0,054	0,071	0,122*	0,062	-	-
	QCSM D3	0,042	0,129*	0,085	0,126*	-	-
	QCSM Total	0,050	0,006	0,092	0,094	-	-
	(D1+D2+D3)						

Legenda: *p-value ≤ 0,05

Discussão

A caracterização sociodemográfica da amostra revelou um predomínio feminino, padrão historicamente associado à profissão de Enfermagem desde o modelo vocacional de Nightingale (Sousa et al., 2021). A média de idade observada reflete uma população



jovem, em período de transição para a vida adulta e frequentemente exposta a múltiplos fatores stressores inerentes ao ingresso no ensino superior (Arnett, 2015). Estes dados estão em consonância com indicadores internacionais que situam a maior parte dos estudantes do ensino superior entre os 20 e os 25 anos (Organisation for Economic Co-operation and Development [OCDE], 2021; 2023).

No domínio da SM verificou-se que 22,80% dos estudantes tinham diagnóstico prévio de problemas de SM, 43,30% já tinham recorrido a acompanhamento profissional, mas apenas 15,70% o fizeram formalmente devido a problemas de SM. Estes valores sugerem a existência de barreiras relevantes na procura de ajuda, amplamente descritas na literatura, incluindo estigma, atitudes negativas e baixos níveis de LSM (Gulliver; Griffiths; Christensen & Brewer, 2012; Conceição; Mesquita & Gusmão, 2024).

Os resultados relativos ao estilo de vida mostraram baixa adesão à prática de exercício físico, com apenas 32,30% dos estudantes a referirem prática regular. Esta tendência contrasta com a literatura que evidencia efeitos protetores da atividade física sobre o bem-estar emocional e a função cognitiva (Pires, 2023). A elevada insatisfação com os níveis de atividade física (34,60%) evidencia a necessidade de implementar programas de promoção da saúde que integrem o exercício físico como estratégia de fortalecimento da SM. A literatura confirma que a motivação intrínseca, ligada ao bem-estar emocional e à superação pessoal, é determinante para a adesão à atividade física entre estudantes de Enfermagem (Nunes, Chaves & Duarte, 2022; Miyawaki et al., 2019).

No que respeita à LSM, os estudantes apresentaram níveis globalmente positivos, alinhados com os benefícios descritos por Jorm (2012), ainda que com variações nas dimensões relacionadas com causas e tratamentos das perturbações mentais. A formação teórico-prática mostrou-se relevante, sendo que alunos expostos à unidade curricular de SM e a estágios clínicos apresentaram resultados superiores, corroborando o papel do ensino clínico na consolidação de competências (Silva & Silva, 2016; Merighi; de Jesus; Domingos; de Oliveira & Ito, 2014).

O consumo de substâncias seguiu padrões semelhantes aos observados noutros contextos universitários, com o álcool a apresentar a maior prevalência (84,30%), seguido do tabaco (42,50%), cannabis (21,30%) e ansiolíticos/sedativos/hipnóticos (22,00%). Estes achados refletem a elevada acessibilidade e aceitação social do álcool (Barroso; Mendes & Barbosa, 2012; Meda et al., 2017; Mostardinha & Pereira, 2018) e o papel das festividades académicas em comportamentos de binge drinking (Trigo & Santiago, 2022), associados a comportamentos de risco e pior desempenho académico (Messina et al., 2021). A curiosidade, principal motivo referido para o consumo (70,90%), alinha-se com estudos que relacionam uso de substâncias à experimentação, influência dos pares e tentativa de alívio emocional (Pedrelli; Nyer; Yeung; Zalauf & Wiles, 2015).

A análise dos padrões de consumo revelou médias relativamente baixas de tabaco ($M = 3,48$; $DP = 7,20$), álcool ($M = 3,81$; $DP = 5,08$) e cannabis ($M = 1,05$; $DP = 3,28$), embora



com elevada variabilidade, especialmente no tabaco, indicando que uma fração significativa dos estudantes apresenta consumo mais elevado. A literatura sugere que estudantes da área da saúde podem recorrer ao uso de substâncias como forma de lidar com as exigências da vida universitária, mesmo possuindo conhecimento sobre os riscos associados (Alves; Lira & Pachú, 2021). O álcool evidencia maior aceitação social e consumo recreativo, enquanto a cannabis, apesar de menor consumo na amostra, continua relevante, sendo a substância psicoativa com maior prevalência entre estudantes universitários globalmente (Almeida, 2022). Dados europeus recentes indicam que 18,2% dos jovens entre 15 e 24 anos consumiram cannabis no último ano, sendo a maioria homens, e 2,1% são consumidores diários ou quase diários (European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction, 2023).

As correlações fortes entre álcool, tabaco e cannabis reforçam a evidência de que o consumo de uma substância pode predispor ao uso de outras (Tucker et al., 2019). A utilização concomitante de ansiolíticos/sedativos/hipnóticos apresentou correlações moderadas com outras substâncias, sugerindo um perfil de estudantes com maior carga emocional e vulnerabilidade psicológica, especialmente em períodos de maior stress académico — fenómeno descrito em múltiplos estudos (Barbosa; Asfora & Moura, 2020; Marinho; Nascimento & Nicoletti, 2019). Os primeiros anos do curso mostraram maior risco para o consumo de tabaco e ansiolíticos/sedativos/hipnóticos, coerente com a literatura que identifica estas fases como críticas na adaptação académica (Sterling, 2018; Santos & Spósito, 2022; Souza et al., 2022).

Um achado relevante foi que todos os estudantes que frequentaram a unidade curricular de SM foram classificados como de baixo risco para o uso de ansiolíticos/sedativos/hipnóticos, contrastando com 12,90% entre os que não frequentaram, reforçando o papel da educação em SM na promoção de comportamentos de autocuidado e na redução de estigma (Doumit et al., 2019).

Por outro lado, as correlações entre LSM e o consumo de substâncias foram muito fracas, impossibilitando a confirmação da hipótese inicial. Este resultado indica que a LSM, isoladamente, não é determinante dos comportamentos aditivos, sendo provável que outros fatores psicossociais, como stress, coping, suporte social e exigências académicas, exerçam maior influência (Jensen; Haug; Sivertsen e Skogen, 2021; Mohamad; Mohamad; Mat Ali & Awang, 2016). Assim, estratégias exclusivamente centradas na literacia podem ser insuficientes, sendo necessárias intervenções multidimensionais que integrem promoção emocional, redução de stress e apoio psicológico acessível.

Em síntese, a literatura tem vindo a identificar o primeiro e o segundo anos de formação como períodos particularmente sensíveis para a implementação de estratégias preventivas. Nesse enquadramento, e não diretamente a partir dos resultados do presente estudo, são descritos como pertinentes programas integrados que articulem LSM, gestão do stress, desenvolvimento de competências emocionais e reforço do suporte social, com potencial para contribuir para a redução de comportamentos aditivos e para a promoção do bem-estar entre estudantes de Enfermagem.



Conclusões

Este estudo aprofunda a compreensão das interações entre SM e consumo de substâncias em contexto universitário, evidenciando a importância da LSM e a necessidade de intervenções preventivas dirigidas aos estudantes do CLE. Os resultados demonstram que, embora a LSM apresente níveis globalmente positivos, o conhecimento sobre SM, por si só, não se associa à redução do consumo de substâncias, indicando a influência de outros fatores psicossociais.

Como estudo pioneiro na Região Autónoma da Madeira, os resultados constituem uma mais-valia, mas devem ser interpretados com prudência, atendendo às limitações relacionadas com a representatividade, dado o foco exclusivo em estudantes do CLE de uma única instituição. Futuras investigações deverão incluir amostras mais amplas e diversificadas, abrangendo diferentes cursos e regiões.

Recomenda-se o desenvolvimento de programas preventivos focados na SM, resiliência emocional e bem-estar. Propõe-se o reforço de conteúdos teóricos e práticos sobre SM nos currículos do ensino superior, especialmente nos cursos da área da saúde, de modo a fortalecer competências emocionais e preparar os estudantes para os desafios inerentes à formação académica.

Referências Bibliográficas

Almeida, A. de M. (2022). *Consumo de canábis entre os estudantes universitários e o seu impacto na performance escolar* (Tese de Mestrado Integrado em Medicina, Faculdade de Medicina de Lisboa). Faculdade de Medicina de Lisboa. <http://hdl.handle.net/10451/56303>

Alves, T. de A., Lira, A. C. da S., & Pachú, C. O. (2021). Aspectos biopsicossociais relacionados ao consumo de tabaco entre estudantes universitários: Uma revisão integrativa. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, 10(7), 1–9. <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i7.1625>

Arnett, J. J. (2015). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (2nd ed.). Oxford University Press.

Barbosa, L. N. F., Asfora, G. C. A., & Moura, M. C. (2020). Anxiety and depression and psychoactive substance abuse in university students. *SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas*, 16(1), 1–8. <https://doi.org/10.11606//issn.18066976.smad.2020.155334>



Barroso, T., Mendes, A., & Barbosa, A. (2012). Adaptação cultural e validação da versão portuguesa da Escala de Expectativas acerca do Álcool-versão adolescentes. *Referência – Revista de Enfermagem*, 3(8), 17–27.

Chaves, C., Duarte, J., Sampaio, F., Coelho, J., & Sequeira, C. (2023). Translation, adaptation and assessment of the psychometric properties of the Mental Health Knowledge Questionnaire in a sample of higher education students in Portugal. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4), 2–16. <https://doi.org/10.3390/ijerph20043022>

Conceição, V., Mesquita, E., & Gusmão, R. (2024). Efeitos de uma intervenção de redução do estigma em comportamentos de busca de ajuda em estudantes universitários: Um ensaio clínico randomizado de 2019–2021. *Pesquisa em Psiquiatria*, 331, 1–8.

Doumit, C., Haddad, C., Sacre, H., Salameh, P., Akel, M., Obeid, S., Akiki, M., Mattar, E., Hilal, N., Hallit, S., & Soufia, M. (2019). Knowledge, attitude and behaviors towards patients with mental illness: Results from a national Lebanese study. *PLOS ONE*, 14(9), 1–16. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0222172>

European Union Drugs Agency. (2023). *European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction*. https://www.euda.europa.eu/publications/european-drug-report/2023_en

Ferreira, M., Campos, S., Magalhães, C., Gonçalves, A., Nelas, P., Cardoso, A. P., & Guiné, R. P. F. (2022). Literacia em comportamentos aditivos nos estudantes do ensino superior. *Millenium - Journal of Education, Technologies, and Health*, 2(ed espec nº11), 9.

Gulliver, A., Griffiths, K. M., Christensen, H., & Brewer, J. L. (2012). A systematic review of help-seeking interventions for depression, anxiety and general psychological distress. *BMC Psychiatry*, 12, 81. <https://doi.org/10.1186/1471-244X-12-81>

Jensen, P., Haug, E., Sivertsen, B., & Skogen, J. C. (2021). Satisfaction with life, mental health problems and potential alcohol-related problems among Norwegian university students. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 1–14. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.578180>

Jorm, A. F., Korten, A. E., Jacomb, P. A., Christensen, H., Rodgers, B., & Pollitt, P. (1997). Mental health literacy: A survey of the public's ability to recognise mental disorders and their beliefs about the effectiveness of treatment. *Medical Journal of Australia*, 166(4), 182–186.

Jorm, A. F. (2012). Mental health literacy: Empowering the community to take action for better mental health. *American Psychologist*, 67(3), 231–243.

Marinho, T. N., do Nascimento, L. M., & Nicoletti, C. D. (2019). Depressão entre universitários: Revisão integrativa dos medicamentos antidepressivos mais utilizados entre os acadêmicos de universidades no Brasil. *Semioses*, 13(4), 15–33. <https://doi.org/10.15202/1981996x.2019v13n4p15>



McAlaney, J., Dempsey, R. C., Helmer, S. M., Van Hal, G., Bewick, B. M., Akvardar, Y., Guillén-Grima, F., Orosova, O., Kalina, O., Stock, C., & Zeeb, H. (2021). Negative consequences of substance use in European university students: Results from Project SNIPE. *European Addiction Research*, 27, 75–82.

Meda, S. A., Gueorguieva, R. V., Pittman, B., Rosen, R. R., Aslanzadeh, F., Tennen, H., Leen, S., Hawkins, K., Raskin, S., Wood, R. M., Austad, C. S., Dager, A., Fallahi, C., & Pearlson, G. D. (2017). Longitudinal influence of alcohol and marijuana use on academic performance in college students. *PLOS ONE*, 12(3), e0172213. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0172213>

Merighi, M. A. B., de Jesus, M. C. P., Domingos, S. R. F., de Oliveira, D. M., & Ito, T. N. (2014). Ensinar e aprender no campo clínico: Perspectiva de docentes, enfermeiras e estudantes de enfermagem. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 67(4), 505–511.

Messina, M. P., Battagliese, G., D'Angelo, A., Ciccarelli, R., Pisciotta, F., Tramonte, L., Fiore, M., Ferraguti, G., Vitali, M., & Ceccanti, M. (2021). Knowledge and practice towards alcohol consumption in a sample of university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(18), 9528. <https://doi.org/10.3390/ijerph18189528>

Miyawaki, C., Ohara, K., Mase, T., Kouda, K., Fujitani, T., Momoi, K., Kaneda, H., Murayama, R., Okita, Y., & Nakamura, H. (2019). The purpose and the motivation for future practice of physical activity and related factors in Japanese university students. *Journal of Human Sport and Exercise*, 14(1), 61–74. <https://doi.org/10.14198/jhse.2019.141.05>

Mohamad, M., Mohammad, M., Mat Ali, N. A., & Awang, Z. (2016). The impact of life satisfaction on substance abuse: Delinquency as a mediator. *International Journal of Adolescence and Youth*, 23(1), 25–35. <https://doi.org/10.1080/02673843.2016.1267021>

Mostardinha, A. R., & Pereira, A. (2018). Prevenção no consumo de substâncias psicoativas em estudantes do ensino superior. In *12º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde*, Lisboa.

Mostardinha, A., Bártolo, A., Bonifácio, J., & Pereira, A. (2019). Validation of the Alcohol, Smoking and Substance Involvement Screening Test (ASSIST) among university students. *Acta Médica Portuguesa*, 32(4), 279–288.

Moutinho, L., Longo, J., Gomes, L., Moreira, N., & Valentim, O. (2023). Literacia em saúde e consumo de substâncias psicoativas em jovens. *Suplemento digital Revista ROL Enfermeria*, 46(3), 22–26. <https://doi.org/10.55298/ROL2023.4625>

Nunes, C. C. G., Chaves, C. M. C. B., & Duarte, J. C. (2022). Motivação para a prática de atividade física em estudantes de enfermagem. *Revista de Enfermagem Referência*, 6(1, Suppl. 1), 1–8. <https://doi.org/10.12707/RV21011>



Nutbeam, D. (2000). Health literacy as a public health goal: A challenge for contemporary health education and communication strategies. *Health Promotion International*, 15(3), 259–267.

Oliveira, E. P., & Levindo, A. dos S. (2020). Bem-estar subjetivo e funcionamento psicológico positivo ao longo dos primeiros anos do ensino superior. *Educação: Teoria e Prática*, 30(63), 1–19. <https://doi.org/10.18675/1981-8106.v30.n.63.s14705>

Organisation for Economic Co-operation and Development. (2021). *Education at a glance 2021: OECD indicators*. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/b35a14e5-en>

Organisation for Economic Co-operation and Development. (2023). *Education at a glance 2023: OECD indicators*. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/e13bef63-en>

Pedrelli, P., Nyer, M., Yeung, A., Zulauf, C., & Wilens, T. (2015). College students: Mental health problems and treatment considerations. *Academic Psychiatry*, 39(5), 503–511. <https://doi.org/10.1007/s40596-014-0205-9>

Pires, N. S. F. (2023). *Os benefícios da atividade física na saúde mental* (Dissertação de Mestrado). Universidade de Coimbra. <https://hdl.handle.net/10316/111311>

Pires, P. L. S., Soares, G. T., Brito, I. E., Lima, C. A., Junqueira, M. A. B., & Pillon, S. C. (2019). Correlação do uso de substâncias psicoativas com sinais de ansiedade, depressão e estresse em estudantes de enfermagem. *Revista Atenção à Saúde*, 17(61), 38–44. <https://doi.org/10.13037/ras.vol17n61.6099>

Pires, P. L. S., Soares, G. T., Brito, I. E., Lima, C. A., Junqueira, M. A. B., & Pillon, S. C. (2019). Correlação do uso de substâncias psicoativas com sinais de ansiedade, depressão e estresse em estudantes de enfermagem. *Revista Atenção à Saúde*, 17(61), 38–44. <https://doi.org/10.13037/ras.vol17n61.6099>

Regne, G. R. S., Tavares, M. L. de O., & Reinaldo, A. M. dos S. (2020). Uso de substâncias psicoativas por estudantes de enfermagem: Revisão da literatura. *Saúde em Redes*, 6(2), 223–234. <https://doi.org/10.18310/2446-4813.2020v6n2p223-234>

Rodrigues, A., Guerra, M., Coelho, M., Rosa, P., Ferreira, N., & Marinheiro, P. (2023). Saúde mental dos estudantes do ensino superior e o consumo de substâncias psicoativas: Revisão integrativa da literatura. *Gestão e Desenvolvimento*, 31, 33–52. <https://doi.org/10.34632/gestaoedesenvolvimento.2023.11842>

Santos, C. F., & Spósito, P. A. F. (2022). Uso de antidepressivos e de ansiolíticos entre graduandos dos cursos da área de saúde: Revisão integrativa. *Revista Científica Eletrônica*, 4(1), 49–73. <https://doi.org/10.4322/2675-133X.2022.048>

Sequeira, C., Carvalho, J. C., Borges, E., & Sousa, C. N. (2013). Vulnerabilidade mental em estudantes de enfermagem no ensino superior: Estudo exploratório. *Journal of Nursing and Health*, 3(2), 170–181.

Silva, A. M. M., Brito, I. da S., & Amado, J. M. da C. (2013). Tradução, adaptação e validação do questionário Fantastic Lifestyle Assessment em estudantes do ensino



superior. *Ciência & Saúde Coletiva*, 19(6), 1901–1909. <https://doi.org/10.1590/1413-81232014196.04822013>

Silva, D. M. da, & Silva, E. M. V. B. (2016). Ensino clínico na formação em enfermagem. *Millenium - Journal of Education, Technologies, and Health*, (30), 103–119. <https://revistas.rcaap.pt/millenium/article/view/8437>

Sousa, A. P. B., Siqueira, A. O. S., Silva, R. A. S., Passos, H. J. O., Frazão, I. S., & Silva, F. P. S. (2021). Representações sociais sobre a escolha da enfermagem na perspectiva de estudantes do sexo masculino. *Revista Cubana de Enfermagem*, 37(3), 121.

Souza, G. C. R. M., Vasques, J. S., Rodrigues, L. A. C., Komatsu, A. V., Silna, J. L., & Maniglia, F. P. (2022). Uso de ansiolíticos e antidepressivos entre estudantes de medicina de uma universidade. *Psico*, 53(1), 1–10. <https://doi.org/10.15448/1980-8623.2022.1.38105>

Sterling, A. (2018). *Student experiences in the second year: Advancing strategies for success beyond the first year of college*. *Strategic Enrollment Management Quarterly*, 5(4), 136–149. <https://doi.org/10.1002/sem3.20113>

Tavares, M. (2014). *Transição para a parentalidade e a saúde mental no puerpério: Significados para a mulher em risco de depressão pós-parto* (Tese de Doutoramento). Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar, Universidade do Porto. <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/78946/2/35026.pdf>

Trigo, A. C., & Santiago, L. M. (2022). Consumo de álcool nos estudantes do ensino superior de Coimbra e o impacto das festas académicas. *Acta Médica Portuguesa*, 35(4), 249–256. <https://doi.org/10.20344/amp.12366>

Tucker, J. S., Rodriguez, A., Dunbar, M. S., Pedersen, E. R., Davis, J. P., Shih, R. A., & D'Amico, E. J. (2019). Cannabis and tobacco use and co-use: Trajectories and correlates from early adolescence to emerging adulthood. *Drug and Alcohol Dependence*, 204, 107499. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2019.06.004>

Valenciano, L. R., Costa Junior, M. L. da, & Vasters, G. P. (2010). *Caracterización de estudiantes de la carrera de licenciatura en enfermería y sus percepciones sobre el consumo de drogas lícitas e ilícitas*. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 18 (número especial), 535–542.

Currículo

Joana Roberta Olim Vieira

Enfermeira Especialista em Saúde Mental e Psiquiátrica

Machico, Portugal | (+351) 966103255 | joanarovieira@gmail.com

Formação Académica



- Mestrado em Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica – Escola Superior de Enfermagem São José de Cluny (2023–2025)
- Pós-Licenciatura de Especialização em Enfermagem de Saúde Mental – Universidade da Madeira (2020–2022)
- Licenciatura em Enfermagem – Escola Superior de Enfermagem São José de Cluny (2004–2005)
- Bacharelato em Enfermagem – Escola Superior de Enfermagem São José de Cluny (1995–1998)
- Certificado de Competências Pedagógicas – IP-RAM (2020)

Experiência Profissional

- Enfermeira Especialista em Saúde Mental e Psiquiátrica – SESARAM, EPE, Funchal
- Enfermeira de Cuidados Gerais – Unidade de Tratamento e Reabilitação da Toxicod dependência – SESARAM, EPE (1999 – Atual)
Gestão de medicação de substituição opiácea, coordenação de projetos preventivos (quedas, recaídas, diagnósticos de saúde), integração de novos profissionais, intervenção em LAI e participação no “Projeto MANUS – Equipa de Rua” (2000–2003).
- Estágio em Unidade de Desabilitação das Taipas – Lisboa, Portugal (1999)

Formação Complementar / Congressos

- Blended Intensive Programme (BIP) in Mental Health of Migrants and Minorities, Oslo Metropolitan University, Noruega (2024)
- XIV e XVI Congressos Internacionais da Sociedade Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental – Participação com pósteres e comunicações orais sobre literacia em saúde mental e consumo de substâncias (2023–2025)
- Cursos de Treino Metacognitivo para Psicose e Depressão – Universidade de Évora (2024)
- Diversos seminários e workshops sobre prevenção do suicídio, toxicod dependência, bioética, suporte de vida e promoção da saúde (2001–2025)
- Curso de Formação Profissional em Grupos Balint