



● ESTUDO

20% dos jovens automutilam-se

Há uma maior incidência de autolesões entre os 15 e 16 anos, conclui estudo da Faculdade de Psicologia da Universidade de Coimbra

Vinte por cento dos adolescentes já se envolveu em comportamentos autolesivos pelo menos uma vez na vida, concluiu um estudo realizado na Faculdade de Psicologia da Universidade de Coimbra.

“Cerca de 20% dos adolescentes [inquiridos] reporta ter tido pelo menos uma vez na sua vida o envolvimento em comportamentos autolesivos”, como por exemplo cortar-se, queimar-se ou arranhar-se com o intuito de magoar o próprio corpo para “regular emoções difíceis e intensas”, disse à agência Lusa a investigadora Ana Xavier, que realizou o estudo ao longo de quatro anos, no âmbito do seu doutoramento.

O projecto desenvolvido no Centro de Investigação do Núcleo de Estudos e Intervenção Cognitivo-Comportamental (CINEICC) envolveu um inquérito a 2.863

adolescentes, com idades entre os 12 e os 19 anos, a frequentar o 3.º ciclo e o ensino secundário em várias escolas do distrito de Coimbra, refere a nota de imprensa da Universidade de Coimbra (UC).

A taxa de prevalência encontrada, esclareceu à Lusa a investigadora do CINEICC, é semelhante àquela que é reportada em estudos internacionais.

De acordo com o estudo, as raparigas reportam um “maior envolvimento” em comportamentos autolesivos, sendo também elas as que relatam “maiores níveis de sintomas depressivos” e tendem a “ser mais autocríticas e a relatar maiores problemas com o grupo de pares”.

Há também uma maior incidência de autolesões entre os 15 e 16 anos, faixa etária que “coincide com um maior desenvolvimento do pensamento abstracto e com-

COMPORTAMENTOS NÃO SUGEREM “INTENCIONALIDADE DE SUICÍDIO” MAS SÃO FACTOR DE RISCO

paração social com os outros”, notou Ana Xavier.

Segundo a responsável pela investigação, os comportamentos autolesivos não sugerem “intencionalidade de suicídio”. No entanto, “este é um factor de risco”, sublinhou.

Os resultados “são importantes porque alertam para a importância de se fazerem intervenções e de se estar atento a este tipo de dificuldades” nos adolescentes.

Para a investigadora, seria fundamental a criação de programas de “prevenção e de intervenção para ajudar” os jovens a lidarem de “forma mais eficaz com experiências emocionais”, através de “processos de regulação emocional mais adaptativos”, como estratégias de autotranquilização e de autocompaixão.

O estudo demonstra ainda que há uma tendência dos adolescen-

tes que são vitimizados pelos seus colegas a serem “mais autocríticos e, por sua vez, a experienciarem mais sintomas depressivos e a envolverem-se em comportamentos autolesivos”.

Em declarações à Lusa, Ana Xavier aponta também para o facto de os adolescentes que recordam “experiências de ameaça, de subordinação e desvalorização nas relações precoces com a sua família” tendem a experienciar “maiores níveis de sintomas de depressão” e a autolesarem-se.

“Estes adolescentes não recordam apenas as experiências negativas com a sua família. Relatam poucas experiências positivas de calor, de suporte de segurança”, constatou a investigadora.

O estudo da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação foi financiado pela Fundação para a Ciência e Tecnologia.