



**Universidade da Beira Interior**  
Faculdade de Ciências Sociais e Humanas  
Departamento de Psicologia e Educação

DISSERTAÇÃO DE MESTRADO APRESENTADA À  
UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR COMO REQUISITO  
PARA A OBTENÇÃO DO GRAU DE MESTRE (2º CICLO) EM  
PSICOLOGIA, NA ÁREA DE PSICOLOGIA CLÍNICA E DA SAÚDE

“*Coping* e Sintomatologia Depressiva em  
Viúvas com mais de 65 Anos”

José Brito Martins

Covilhã

2010

Dissertação de Mestrado realizada sob orientação da Prof<sup>ª</sup>. Doutor(a) Rosa Marina Afonso apresentado à Universidade da Beira Interior para a obtenção do Grau de Mestre em Psicologia Clínica e da Saúde (1280), registado na DGES sob o 9463.

## Agradecimentos

Ao Imenso Mistério da Vida que derrama o Seu Dom por toda a vida.  
A todos os Homens e Mulheres de Boa Vontade tornaram esta empresa  
possível.

Um profundo, sincero e reverencial agradecimento a todos!  
Bem-Hajam!

## **Resumo**

*Objectivos:* Os objectivos deste estudo visaram a compreensão de como o factor tempo, as estratégias de *coping* e algumas actividades de lazer e mestria estão relacionadas com a sintomatologia depressiva e o modo como estas promovem diferenciação em termos de sintomas depressivos

*Metodologia:* Trata-se de estudo empírico carácter quantitativo, de tipo transversal e de carácter exploratório inter-individual com viúvas com mais de 65 anos. Os participantes (n=76) tinham entre 65 e 91 anos de idades, não apresentavam deterioro cognitivo e são do género feminino. As medidas utilizadas foram: o questionário sócio demográfico, o *Mini Mental State Examination*, a *Escala Toulousiana de Coping* e a *Geriatric Depression Scale-30*. A variável que esteve sob investigação foi a sintomatologia depressiva em função da idade, tempo de viuvez, as estratégias de *coping*, actividades laborais e actividades de lazer.

*Resultados:* As estratégias de *coping* de retraimento, conversão e de adição estão positivamente correlacionadas com a sintomatologia depressiva e existem diferenças estatisticamente significativas. Os participantes que fazem uso deste tipo de estratégias de *coping* tende a obter maiores pontuações de sintomatologia depressivas. As actividades laborais e as actividades de lazer - passear estão negativamente correlacionadas com a sintomatologia depressiva. Os participantes que fazem uso destas actividades tendem a apresentar menores pontuações em termos de sintomatologia depressiva. A idade e o tempo de viuvez não está relacionado com a sintomatologia depressiva nem foram encontradas diferenças significativas entre grupos.

*Palavras Chaves:* *Sintomas depressivos; Coping; Actividades laborais; Actividades de lazer; tempo de viuvez*

## **Abstract**

*Objectives:* The objectives of this study aimed at understanding how the time factor, coping strategies and some leisure activities and expertise are related to depressive symptoms and how they promote the differentiation in terms of depressive symptoms

*Methodology:* This is any quantitative empirical study of cross-sectional and exploratory in nature with inter-individual widows over 65 years. Participants (n = 76) were between 65 and 91 years old, had no cognitive deterioration and were female. The measures used were: the social demographic questionnaire, the *Mini Mental State Examination*, *Toulousiane Coping Scale* and *Geriatric Depression Scale-30*. The variable that was under investigation was depressive symptoms based on age, length of widowhood, coping strategies, work activities and leisure activities.

*Results:* The coping strategies of withdrawal, conversion and addition are positively correlated with depressive symptoms and there are significant differences. Participants who use this type of coping strategies tend to get higher scores for depressive symptoms. The work activities and leisure activities - walking are negatively correlated with depressive symptoms. Participants who make use of these activities tend to have lower ratings in terms of depressive symptoms. The age and duration of widowhood is not related to depressive symptoms and no significant differences were found between groups.

*Keywords:* *Depressive symptoms; Coping; work activities, leisure activities, duration of widowhood*