

# STRESS RELACIONADO COM A INFERTILIDADE E QUALIDADE DE VIDA: QUAL O PAPEL DO EVITAMENTO EXPERIENCIAL?

Pedro, J.<sup>1,2</sup>, Santos, S.<sup>3,4</sup> & Barbosa, C.<sup>5</sup>

A infertilidade é uma condição médica com forte impacto na vida dos indivíduos, nomeadamente impacto psicossocial. A literatura mostra que é vivenciada como uma experiência indutora de stress pela maioria das pessoas. Níveis mais elevados de stress relacionado com a infertilidade têm sido associados a níveis mais baixos de qualidade de vida.

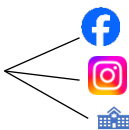
## Objetivo:

Investigar o papel do evitamento experiencial na relação entre o stress relacionado com a infertilidade e a qualidade de vida em mulheres que vivenciam barreiras à fertilidade.

- *Objetivo exploratório:* Examinar se a relação entre stress relacionado com a infertilidade, o evitamento experiencial e a qualidade de vida seria diferente em função da idade por grupos etários.

## Material e Métodos:

Novembro 2022 – Fevereiro 2023



O consentimento informado de todos os participantes foi obtido antes da participação.

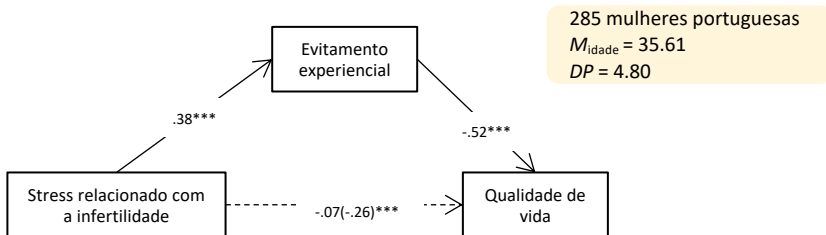
Os participantes preencheram um questionário *online* constituído por:

- Ficha de dados sociodemográficos e clínicos;
- Medidas de autorrelato sobre o stress relacionado com a infertilidade, evitamento experiencial e qualidade de vida.

### Critérios de Inclusão:

- Mulheres em idade reprodutiva com mais de 18 anos;
- Com diagnóstico médico de infertilidade ou estarem a tentar engravidar há mais de um ano;
- Serem casados ou a viver com o/a companheiro/a;
- Estarem numa relação heterossexual.

## Resultados e Conclusões:



O stress relacionado com a infertilidade está positivamente associado ao evitamento experiencial e negativamente associado à qualidade de vida. Adicionalmente, o evitamento experiencial mediou a relação entre o stress relacionado com a infertilidade e a qualidade de vida. A idade não foi correlacionada com nenhuma das variáveis. Atendendo a que o evitamento experiencial pode ser uma via que leva a pior adaptação, considera-se que uma intervenção focada no evitamento experiencial poderá traduzir-se em níveis mais elevados de qualidade de vida nas mulheres que lidam com problemas de fertilidade. Considerando que este mecanismo é um processo subjacente à inflexibilidade psicológica, que é o alvo da terapia de aceitação e compromisso, esta terapia poderá ter benefícios quando na qualidade de vida para as mulheres que vivenciam barreiras à fertilidade.

<sup>1</sup> Centro de Genética da Reprodução Prof. Alberto Barros

<sup>2</sup> Centro de Psicologia da Universidade do Porto

<sup>3</sup> Universidade Portucalense Infante D. Henrique; RISE-Health: Rede de Investigação em Saúde - CINTESIS@UPT

<sup>4</sup> Centro de investigação em Neuropsicologia e intervenção Cognitivo-comportamental

<sup>5</sup> Universidade Portucalense Infante D. Henrique