



**Universidade:
presente!**

UFRGS
PROPEAQ



XXXI SIC

21. 25. OUTUBRO • CAMPUS DO VALE

Evento	Salão UFRGS 2019: SIC - XXXI SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
Ano	2019
Local	Campus do Vale - UFRGS
Título	Eficácia de um procedimento de indução de humor e associação com regulação emocional: diferenças entre sexos
Autor	SAMARA LUCA BRANCO BUCHMANN
Orientador	LISIANE BIZARRO ARAUJO

Eficácia de um procedimento de indução de humor e associação com regulação emocional: diferenças entre sexos

Autor: Samara Branco

Orientador: Lisiane Bizarro Araújo

Instituição: Universidade Federal do Rio Grande do Sul

A capacidade individual de lidar com situações emocionalmente desafiadoras é chamada de Regulação Emocional (RE). RE envolve reconhecer, nomear e responder adequadamente às emoções, especialmente as desagradáveis. Homens e mulheres podem apresentar diferenças nas capacidades e nos mecanismos de RE. Emoções podem ser manipuladas experimentalmente a partir do procedimento de Indução de Humor (IH). Os objetivos deste estudo foram verificar (1) a eficácia de um procedimento de IH e (2) a associação entre RE e suscetibilidade à IH. Estudantes universitários ($N = 37$) responderam à Escala de Dificuldades em Regulação Emocional (DERS-16), passaram por uma IH triste e avaliaram as emoções que estavam sentindo (alegria, tristeza, raiva, medo e vergonha) antes e após o procedimento (pré e pós). A IH consistiu em instruir o participante a escrever uma história autobiográfica triste recente, enquanto escutava uma música. As avaliações de emoções pré e pós foram comparadas através de Teste T de amostras pareadas. Houve diferença significativa entre a avaliação de tristeza pós e pré [$t(36) = 6.245, p < .001$]. Essa diferença (Δ -tristeza) não esteve significativamente correlacionada ao escore na DERS-16 através de correlação de Pearson ($p = .484$). Contudo, segmentando-se a amostra entre sexos, nas mulheres ($n = 21$), foi observada uma correlação positiva entre Δ -tristeza e escore na DERS-16 ($r = .528, p = .014$). Nos homens ($n = 16$) verificou-se uma correlação negativa ($r = -.499, p = .049$). É possível concluir que a IH foi eficaz, visto que os participantes relataram um aumento significativo no nível de tristeza. Todavia, houve uma relação entre RE e Δ -tristeza diferente entre os sexos: mulheres com maiores dificuldades em regular emoções relataram maior incremento de tristeza. Nos homens, foi observado o padrão contrário. O presente estudo é relevante para demonstrar que o protocolo escolhido para IH se mostrou eficaz para aumentar significativamente o autorrelato de tristeza dos participantes. Diferenças (biológicas e/ou ambientais) entre os sexos podem afetar diversos aspectos da personalidade, incluindo o manejo de emoções, que é essencial para o convívio social e a saúde psicológica. Este estudo foi realizado com uma amostra relativamente pequena advinda de uma população específica (jovens universitários da região sul do Brasil) e baseou-se exclusivamente em medidas de autorrelato, portanto, preconiza-se parcimônia na generalização dos resultados. Estudos futuros poderão indicar se a relação entre RE e suscetibilidade à IH é de fato dependente de sexo, bem como investigar as causas e consequências dessas relações específicas para homens e mulheres.