

“SENTIDO DE COERÊNCIA” E DESEMPENHO ACADÊMICO NO ENSINO SUPERIOR: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA

“SENSE OF COHERENCE” AND ACADEMIC PERFORMANCE IN HIGHER EDUCATION: A SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW

“SENTIDO DE COHERENCIA” Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN EDUCACIÓN SUPERIOR: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA DE LA LITERATURA.

Ezequiel Martins Carrondo (ecarrondo@ipp.pt)*, Portugal

RESUMO:

Objetivo: analisar e interpretar estudos empíricos publicados sobre o “sentido de coerência” e o desempenho acadêmico no ensino superior. Metodologia: revisão sistemática de literatura: artigos de investigação pesquisados em plataformas de base de dados e revistas científicas. Resultados: a pesquisa efetuada revelou um número limitado de estudos, tendo sido considerados quatro. Nos estudantes com maior “sentido de coerência” observou-se uma maior capacidade para lidar com os problemas associados à vida académica. A influência do “sentido de coerência” no sucesso académico foi superior ao efeito de algumas experiências institucionais. Conclusões: os estudos sugerem que deve ser considerada a possibilidade de o “sentido de coerência” influenciar o desempenho académico no ensino superior. Em futura investigação deverá ser explorada a integração do “sentido de coerência” nos processos formativos dos enfermeiros, como estratégia para melhorar a capacidade dos estudantes em lidar com as situações e, assim, melhorar o seu desempenho académico.

Palavras Chave: paradigma salutogénico; “sentido de coerência”; desempenho académico.

ABSTRACT:

Goal: to analyze and interpret empirical studies published on the sense of coherence and academic performance in higher education. Methods: A systematic literature review, research papers surveyed in database platforms and scientific journals. Results: The research revealed a limited number of studies, from those four were considered. In students with a higher sense of

coherence there was a higher capacity to deal with problems associated with academic life. The influence of the sense of coherence in academic achievement was higher than the effect of some institutional experiences. Conclusions: The studies suggest that the sense of coherence should be considered on the influence in academic performance in higher education. In future research, the integration of the sense of coherence in the nursing formative processes should be explored as a strategy to improve students' ability to deal with situations and thereby improve their academic performance.

Keywords: salutogenic paradigm; sense of coherence; academic achievement.

RESUMEN:

Objetivo: analizar e interpretar los estudios empíricos publicados sobre el "sentido de coherencia" y el rendimiento académico en la educación superior. Metodología: Revisión sistemática de la literatura, trabajos de investigación en las plataformas de base de datos y revistas científicas. Resultados: La investigación realizada reveló un número limitado de estudios, cuatro fueron considerados. En los estudiantes con mayor "sentido de coherencia" hubo una mayor capacidad para hacer frente a los problemas relacionados con la vida académica. La influencia del "sentido de coherencia" en el éxito académico fue mayor que el efecto de algunas de las experiencias institucionales. Conclusiones: los estudios sugieren que debe ser considerada la posibilidad del "sentido de coherencia" influir en el rendimiento académico en la educación superior. En investigaciones futuras se deberá explorar la integración del "sentido de coherencia" en los procesos de formación de los enfermeros como estrategia para mejorar la capacidad de los estudiantes para hacer frente a las situaciones y por lo tanto mejorar su rendimiento académico.

Palabras clave: paradigma salutogénico; "sentido de coherencia"; rendimiento académico.

* Doutor pela Universidade do Minho, Enfermeiro Especialista na área de Enfermagem Comunitária pela Ordem dos Enfermeiros, membro da UDI/PG – Unidade de Investigação para o Desenvolvimento do Interior, Professor Adjunto da Unidade Técnico-Científica de Enfermagem da Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico da Guarda.

INTRODUÇÃO

O termo “salutogénese”, que tem a sua origem no grego “*salus*” (saúde) e “*genesis*” (origem), significa a origem da saúde e surge por contraposição ao termo “patogénese”, do grego “*pathos*” (doença) e “*genesis*” (origem), que significa a origem da doença.

O paradigma patogénico assume a sua centralidade na origem da doença (agentes físicos, bioquímicos, microbiológicos, sociais e psicológicos), pelo que o pensamento e a ação de orientação patogénica procuram evitar a doença (prevenção primária), tratar a doença e as suas complicações (prevenção secundária) e reabilitar (prevenção terciária), tendo vindo a estruturar a orientação médica ao longo dos tempos, quer através do modelo biomédico, quer do modelo biopsicossocial (OPSS, 2010).

O próprio conceito de saúde de *Andrija Stampar*, adotado pela Organização Mundial de Saúde (OMS) em 1948, “um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença ou enfermidade”, reflete a sua marcante presença, tendo sido objeto de amplo debate a “ausência de doença” e o “completo bem-estar” que integram o conceito (OPSS, 2010). Desse debate têm resultado diversos conceitos de saúde, sendo de salientar, por se enquadrar no âmbito do paradigma salutogénico, o conceito proposto por Déjours (1986): “a capacidade de cada homem, mulher ou criança para criar e lutar pelo seu projeto de vida, pessoal e original, em direção ao bem-estar”.

Eriksson (2007) considera que a abordagem salutogénica se centra mais nos recursos para a saúde do que nos riscos para a doença, sendo o oposto da perspectiva patogénica que se centra nos obstáculos e nos défices. A mesma autora considera a salutogénese como uma forma de pensar, de ser e de agir na perspectiva da promoção de saúde. Desta forma, a salutogénese não se limita às fronteiras disciplinares de uma determinada profissão, envolvendo uma abordagem interdisciplinar focalizada na interação entre as pessoas, nos contextos de vida e nas estruturas da sociedade. A teoria pode ser utilizada ao nível do indivíduo, dos grupos e da sociedade (Lindström e Eriksson, 2005).

O paradigma salutogénico emerge de forma progressiva em resultado do desenvolvimento de vários constructos, como por exemplo: “Locus de Controlo” (locus of control), “Sentido de Coerência” (sense of coherence), “Personalidade Resistente” (personality

hardiness), “Autoestima” (self-esteem), ou ainda, “Aprendizagem Criativa” (learned resourcefulness), “Otimismo” (optimism), “Sentido de Humor” (sense of humor), “Autoeficácia” (self-efficacy), Resiliência (resiliency), “Auto-organização” (self-organization) (OPSS, 2010).

Nesta perspectiva, são várias as teorias e os modelos que procuram explicar os processos de funcionamento interno, tendo vindo a ser realizados diversos estudos que demonstram a consistência do modelo defendido por Antonovsky (Loureiro e Miranda, 2010), o grande impulsionador do paradigma salutogénico.

O “sentido de coerência” constitui-se como operacionalizador do modelo salutogénico de Antonovsky (Nunes, 2002):

“is a global orientation that expresses the extent to which one has a pervasive, enduring though dynamic feeling of confidence that (1) the stimuli deriving from one’s internal and external environments in the course of living are structured, predictable, and explicable; (2) the resources are available to one to meet the demands posed by these stimuli, and (3) the demands are challenges worthy of investment and engagement” (Antonovsky, 1987).

O “sentido de coerência” integra três componentes: “Capacidade de Compreensão” (comprehensibility), “Capacidade de Gestão” (manageability) e “Capacidade de Investimento” (meaningfulness). A capacidade de compreensão corresponde à componente cognitiva e refere-se à forma como a pessoa apreende os estímulos do meio interno e externo como informação ordenada, consistente, estruturada e clara (Antonovsky, 1993a, 1993b). A capacidade de gestão é a componente instrumental/ comportamental e consiste na percepção que cada um tem da disponibilidade e da adequação dos recursos para responder às exigências requeridas pela situação. Estes recursos podem ser pessoais ou sociais, onde se incluem os contributos de pessoas significativas (Antonovsky, 1993a, 1993b). A capacidade de investimento refere-se à capacidade para perceber que os acontecimentos de vida fazem sentido, e por isso encontra motivo para neles investir a sua energia. Refere-se à amplitude com que a pessoa sente que a vida faz sentido emocionalmente, que vale a pena investir energia nos problemas e nas necessidades. Esta é a componente motivacional do “sentido de coerência”, considerada pelo autor como a mais importante (Antonovsky, 1993a, 1993b).

Antonovsky explorou um conjunto de fatores e de variáveis, que designou de “Recursos Generalizados de Resistência” e que se podem agrupar em internos - físicos, bioquímicos e emocionais - e externos - ambientais e materiais, interpessoais ou relacionais e socioculturais. A

capacidade de utilizar estes recursos é descrita como o “sentido de coerência” e varia de pessoa para pessoa (Lindström e Eriksson, 2005; Long, 2001).

O “sentido de coerência” reflete uma visão pessoal da vida e a capacidade de responder a situações de stress. É uma orientação global para ver a vida como estruturada, viável e com significado. É uma forma pessoal de pensar, estar e atuar com autoconfiança, que conduz a pessoa a identificar, mobilizar, utilizar e reutilizar os recursos à sua disposição. O “sentido de coerência” pode ter uma influência direta no organismo humano (e.g. sistema nervoso central, sistema imunológico), afetando os processos de pensamento que determinam quando uma certa situação é perigosa ou segura, agradável ou desagradável. Ao mobilizar os recursos existentes, o sucesso na sua utilização reduz o estado de tensão, afetando de forma indireta os sistemas fisiológicos envolvidos no processamento do stress (Bengel *et al.* 1999). Os resultados de estudos realizados em diversos países indicaram uma relação inversa entre elevado “sentido de coerência” e o stress (Lindström e Eriksson, 2005).

Nesta perspetiva, o “sentido de coerência” ajuda as pessoas a compreender, gerir e encontrar significado no mundo, pelo que quanto mais elevado for, melhor capacitadas estão para manter e melhorar o seu potencial de saúde. Comparativamente com outros conceitos (e.g. *coping*, resiliência), o “sentido de coerência” tem uma maior adaptabilidade e uma maior possibilidade de utilização universal (Lindström e Eriksson, 2005).

Para Antonovsky (1987, 1993a), o “sentido de coerência” desenvolve-se durante as primeiras três décadas de vida, encontrando-se estável pelos trinta anos de idade. No entanto, embora se torne mais estável e mais difícil de modificar à medida que envelhecemos, algumas mudanças podem ocorrer após essa idade (Feldt *et al.*, 2003; Nilsson *et al.*, 2010). O “sentido de coerência” pode ser desenvolvido como uma perspetiva e uma orientação sistemática das atividades diárias da prática profissional, que, criando diálogos capacitantes (facilitadores do desenvolvimento), o reforcem (Lindström e Eriksson, 2005).

Em Portugal, vários investigadores têm realizado publicações sobre o “sentido de coerência” e o paradigma salutogénico em diversas áreas, nomeadamente Navarro (1999), Nunes (2002), Oliveira (2004), verificando-se o aumento progressivo do número de estudos neste âmbito.

No contexto do ensino superior, embora para muitos estudantes a transição para este nível de ensino constitua um importante e positivo

passo nas suas vidas, este processo envolve desafios acadêmicos e psicossociais, implicando a adaptação a um ambiente diferente, com uma profunda mudança nas rotinas e estilos de vida (Monteiro *et al.*, 2007). Estes desafios colocam-se em variados aspetos: fazer novos amigos, gerir adequadamente o dinheiro para as despesas, encontrar um alojamento adequado, lidar com problemas familiares e responder às expectativas da família, lidar com os colegas e com os professores, obter bons resultados académicos, gerir a carga de trabalho das unidades curriculares, a aquisição e desenvolvimento de competências, as avaliações, entre outros.

A situação é particularmente preocupante nos estudantes de enfermagem, que pela natureza e essência da formação podem desencadear situações de stresse, particularmente no período de ensino clínico, relacionadas com o perspetivar e o conviver quase diário com a doença e o sofrimento, com a vida e a morte, com situações novas e imprevistas, com diferenças entre teoria e situações da prática clínica, com o quase permanente processo de avaliação, com decisões complexas (Pacheco, 2008).

As alterações profundas no processo de ensino/aprendizagem, introduzidas com o Processo de Bolonha, envolvem a passagem de um processo centrado na memorização de conteúdos para um processo centrado na aquisição e desenvolvimento de competências.

Para Alonso (2000) competência é “a capacidade de agir e reagir de forma apropriada perante situações mais ou menos complexas, através da mobilização e combinação de conceitos, procedimentos e atitudes pessoais, num contexto determinado, significativo e informado por valores.”

Tendo presentes os conceitos de “sentido de coerência”, saúde e competência, anteriormente apresentados, os processos formativos centrados no desenvolvimento do “sentido de coerência” dos estudantes envolvem o desenvolvimento das competências de observar para entender a realidade (situação/problema), de procurar e utilizar recursos para intervir na realidade (situação/problema) e de desejar envolver-se na modificação da realidade (situação/problema), ou seja, o desenvolvimento das três componentes do “sentido de coerência”.

Assim, colocou-se a seguinte questão de investigação: Qual a evidência científica sobre a influência do “sentido de coerência” no desempenho académico dos estudantes no ensino superior?

1. OBJETIVO

A presente revisão da literatura pretende identificar a evidência científica sobre a influência do “sentido de coerência” no desempenho académico dos estudantes do ensino superior e a necessidade de futura investigação. Assim, enunciou-se o seguinte objetivo: analisar e interpretar estudos empíricos publicados sobre o “sentido de coerência” e o desempenho académico no ensino superior.

2. METODOLOGIA

Na procura da resposta à questão colocada, procedeu-se à pesquisa e análise de artigos de investigação, com a finalidade de ter acesso à evidência científica sobre o assunto.

Para a formulação da pergunta de investigação seguiu-se o método PICOS (Participant, Intervention, Context, Outcomes, Study design), o qual permitiu definir os critérios de inclusão/exclusão dos estudos na revisão sistemática da literatura.

Quadro 1 – Critérios de inclusão/exclusão dos estudos na revisão sistemática da literatura.

Elementos	Critérios de Inclusão	Critérios de Exclusão
P (Participant)	Estudantes do ensino superior	Estudantes de outros níveis de ensino
I (Intervention)	Avaliação do Sentido de Coerência (SCO)	Ausência de avaliação do SCO
C (Context)	Qualquer instituição de ensino superior (universidades, faculdades, institutos politécnicos, escolas)	Instituições de outros níveis de ensino
O (Outcomes)	Desempenho académico (resultados de aprendizagem, aquisição e desenvolvimento de competências, sucesso académico...)	Não orientados para o desempenho académico
S (Study design)	Sem limitação de paradigma	Ausência de trabalho empírico

Os artigos de investigação considerados adequados foram identificados utilizando as bases de dados eletrónicas *CINAHL with Full Text*, *MEDLINE with Full Text*, *Nursing & Allied Health Collection: Comprehensive*, *Academic Search Complete*, *MedicLatina*, *Cochrane Database of Systematic Reviews*, *Database of Abstracts of Reviews of Effects*, *Cochrane Methodology Register*, *ERIC*, através da interface *EBSCO HOST* e as bases de dados *Web of Science (ISI)*, *Wiley Online*

Library, SpringerLink e Elsevier-Science Direct, utilizando a interface B-ON.

A pesquisa foi efetuada em Fevereiro de 2012 e incluiu os artigos científicos publicados nos últimos cinco anos, tendo sido utilizados os seguintes descritores: *sense of coherence; salutogenic paradigm; academic achievement; educational outcomes; students*.

Procedeu-se à leitura do título e à análise do resumo dos artigos que pareciam cumprir os critérios de inclusão, ou nos quais existiam dúvidas, tendo sido selecionados dez artigos. A análise do texto integral levou à seleção de quatro artigos.

3. RESULTADOS

A pesquisa efetuada revelou a existência de um número limitado de estudos sobre o “sentido de coerência” e o desempenho académico dos estudantes no ensino superior, após aplicação dos critérios de inclusão/exclusão, indicando a escassa investigação existente nesta área. Dois dos estudos selecionados (Grayson, 2007; Grayson, 2008) centram-se objetivamente na influência do “sentido de coerência” no desempenho académico dos estudantes, enquanto os restantes dois (Posadzki *et al.*, 2010; Deermram *et al.*, 2010) avaliam o “sentido de coerência”, tendo como enquadramento o desempenho académico dos estudantes.

No quadro 2 pode-se observar as características dos estudos incluídos na revisão sistemática da literatura.

Quadro 2 – Caracterização dos estudos incluídos na revisão sistemática da literatura.

Estudo	Objetivos	Intervenções	Resultados
Grayson, 2007 Quantitativo <i>Sense of Coherence, Problem freedom and academic outcomes of Canadian domestic and international students.</i> Estudantes (N= 1425)	Verificar se existem diferenças no “sentido de coerência” e nos fatores que contribuem para o “sentido de coerência” dos estudantes, segundo o local de nascimento, origem e género.	Questionário. Sense of Coherence questionnaire (SOC-13 item version)	- Independentemente do local de nascimento, o “sentido de coerência” dos estudantes de origem chinesa é menor do que o dos estudantes de origem europeia. - Não foram observadas diferenças significativas no “sentido de coerência”, segundo o género.
Grayson, 2008 Quantitativo <i>Sense of Coherence and</i>	Avaliar o impacto do “sentido de coerência” no desempenho académico dos	Registos académicos. Questionário.	Embora o efeito do “sentido de coerência” no sucesso académico no 1.º ano seja pequeno, é maior

<p><i>academic achievement of domestic and international students: a comparative analysis.</i></p> <p>Estudantes (N= 1 425)</p>	<p>estudantes.</p>	<p>Sense of Coherence questionnaire (SOC-13 item version)</p>	<p>do que o efeito de algumas experiências institucionais.</p>
<p>Posadzki, Stockl, Musonda, Tsouroufli, 2010</p> <p>Quantitativo</p> <p><i>A mixed-method approach to sense of coherence, health behaviors, self-efficacy and optimism: towards the operationalization of positive health attitudes.</i></p> <p>Estudantes (N= 455)</p>	<p>Explorar, explicar e descrever o "sentido de coerência", <i>Health Behaviors, Seliman's Scale</i> e <i>Level of Optimism</i> em estudantes universitários.</p>	<p>Questionários. Escalas. Sense of Coherence questionnaire (SOC-29)</p>	<p>Quanto maior o "sentido de coerência", melhor é o comportamento saudável e inversamente quanto mais saudável o comportamento demonstrado, maior é o "sentido de coerência" do estudante.</p> <p>O "sentido de coerência" pode ser útil na prevenção do stress acadêmico, depressão e outros transtornos mentais.</p>
<p>Deeromram, Suwannimitr, Jundeekrayom, 2010</p> <p>Quantitativo</p> <p><i>Mental health promotion among nursing students</i></p> <p>Estudantes (N=99)</p>	<p>Avaliar o efeito de intervenções promotoras da saúde mental dos estudantes de enfermagem.</p>	<p>Questionário. Sense of Coherence questionnaire (SOC-29)</p> <p>Plano para a promoção da saúde mental</p>	<p>Antes da intervenção ambos os grupos apresentaram scores equivalentes, quer no total, quer nos componentes individuais do "sentido de coerência". Após a intervenção o grupo experimental apresentou scores superiores aos apresentados pelo grupo de controlo.</p>

O estudo de Grayson (2007) envolveu 1425 estudantes (450 de origem europeia e 80 de origem chinesa, nascidos no Canadá; 41 estudantes internacionais nascidos em Taiwan, 33 nascidos em Hong-Kong e 113 nascidos na China), admitidos no 1.º ano em quatro universidades do Canadá (British Columbia, York, McGill e Dalhousie). O autor verificou que, independentemente do local de nascimento, o "sentido de coerência" nos estudantes de origem chinesa foi menor comparativamente com os de origem europeia. Os estudantes com elevado "sentido de coerência" revelaram maior capacidade para lidar com os problemas associados à vida académica. Os estudantes que foram capazes de lidar adequadamente com os seus problemas, têm maior probabilidade de sucesso académico. Os resultados indicaram ainda que os professores podem contribuir para o desempenho académico, criando condições que permitam o aumento do "sentido de coerência" dos estudantes, melhorando a sua capacidade para lidar com variados problemas.

Neste sentido, é fundamental que o estudante desenvolva as três componentes do "sentido de coerência", ou seja, que interprete a situação/problema como fazendo sentido (capacidade de

compreensão), que mobilize os recursos disponíveis para responder às exigências da situação/problema (capacidade de gestão) e que perceba as exigências criadas pela situação/problema como merecedoras de investimento (capacidade de investimento).

O processo de formação deve assim corresponder à capacitação dos estudantes para a interpretação da realidade (situação/problema) e para a intervenção sobre essa realidade. Deve ser estimulada a participação dos estudantes no seu processo de formação, assumindo-se o professor como o animador para o desenvolvimento e como um recurso. Quanto mais se articula o conhecimento com o contexto real, mais os estudantes se sentirão desafiados a procurar respostas, e conseqüentemente quanto mais estimulados, mais serão levados a um estado de consciência crítica e transformadora da realidade. Esta relação dialética é cada vez mais incorporada na medida em que, professores e estudantes, se fazem sujeitos do seu processo. A aprendizagem por situações/problemas pressupõe estar incluído numa realidade que lhe dê sentido e não criada através de uma realidade artificial e descontextualizada (Perrenoud, 1999).

No estudo de problemas o estudante aprende a colocar ou a reconhecer um problema, mas é o professor o responsável pela colocação do estudante na situação/problema, constituindo, assim, oportunidades para que os estudantes, na expressão de Paulo Freire (1975), "estejam sendo"¹.

Outro estudo realizado por Grayson (2008), com o objetivo de avaliar o impacto do "sentido de coerência" no desempenho acadêmico dos estudantes, envolveu 1425 estudantes (916 nacionais e 509 internacionais), admitidos no 1.º ano em 4 universidades do Canadá (British Columbia, York, McGill e Dalhousie).

Grayson (2008) introduziu uma modificação nos modelos tradicionais de análise do sucesso acadêmico no ensino superior, que se centram, em particular, nas características dos estudantes (eg. níveis de realização anteriores), nas atividades educacionais da instituição de ensino superior e na relação entre ambas e os resultados educativos (eg. retenção, desempenho acadêmico, desenvolvimento de competências). Essa modificação consistiu na inclusão do "sentido de

¹ A palavra "estar" dá um significado dinâmico, de processo, de evolução, ao "ser" cuja conotação é estática.

coerência" como um possível contributo para o desempenho académico no 1.º ano do curso. Verificou que, embora o efeito do "sentido de coerência" no sucesso académico no 1.º ano seja pequeno, é maior do que o efeito de algumas experiências institucionais. Concluiu que um modelo de análise que inclua o "sentido de coerência" adapta-se melhor do que um modelo que o omita. O "sentido de coerência" deve ser incluído na análise do desempenho académico dos estudantes no 1.º ano do curso.

O estudo realizado por Posadzki *et al.* (2010) teve como objetivo explorar, explicar e descrever o "sentido de coerência" e outros constructos em 455 estudantes universitários. Os resultados indicaram que maiores scores no "sentido de coerência" corresponde melhor indicador de estilo de vida saudável e inversamente quanto melhor o indicador de estilo de vida saudável, maiores scores de "sentido de coerência" são apresentados pelos estudantes. O "sentido de coerência" pode influenciar diretamente o bem-estar, a saúde mental e a qualidade de vida dos estudantes, com efeito no desempenho académico dos mesmos. Um elevado "sentido de coerência" permite menos stresse na vida académica e melhor qualidade de vida.

Os resultados podem ser uteis para compreender os estilos de vida dos estudantes, permitindo que os processos pedagógicos integrem e estimulem a adoção de estilos de vida saudáveis. O "sentido de coerência" pode ser útil na prevenção do stresse académico, depressão e outros transtornos mentais, pelo que as instituições de ensino superior devem desenvolver programas de promoção da saúde e de prevenção da doença na comunidade académica.

Deeromram, Suwannimitr e Jundeekrayom (2010) realizaram um estudo quase-experimental em 99 estudantes do 2.º ano do curso de enfermagem (grupo experimental - 46; grupo de controlo - 53) da Universidade de Mahasarakham (Tailândia). Antes da intervenção ambos os grupos apresentaram scores equivalentes, quer no total, quer nos componentes individuais do "sentido de coerência". Após a intervenção, que consistiu no desenvolvimento de várias atividades, o grupo experimental apresentou scores superiores aos apresentados pelo grupo de controlo. No sentido de melhorar a preparação dos futuros enfermeiros, as instituições de ensino superior deverão desenvolver intervenções cuja preocupação fundamental seja o desenvolvimento do "sentido de coerência" de todos os intervenientes no processo.

Os resultados demonstram que o paradigma salutogénico deverá assumir uma maior centralidade na formação e na prática

profissional, contribuindo assim para a resolução dos problemas de saúde pública.

4. CONCLUSÕES

Os estudos empíricos demonstram a importância do paradigma salutogénico no campo da saúde, como fundamento para a formação e para a prática dos profissionais de saúde, devendo ser considerada a possibilidade do “sentido de coerência” influenciar o desempenho académico no ensino superior. A participação, a discussão e a problematização da realidade vivenciada pelos estudantes deve integrar os processos formativos dos enfermeiros. É então fundamental que os processos de formação dos enfermeiros favoreçam o desenvolvimento das três componentes do “sentido de coerência”. As Escolas deverão estimular a capacitação dos estudantes para a vida profissional e pessoal, para o controlo da sua saúde e, assim, para o desenvolvimento de todo o seu potencial, dentro e fora do contexto académico, como indivíduos, cidadãos e membros da comunidade.

BIBLIOGRAFIA

- Alonso, Luisa (2000); “A construção de um referencial de competências-chave para a cidadania e a empregabilidade”; *Saber Mais*; n.º 5; 20-27.
- Antonovsky, Aaron (1993a); “The Sense of Coherence: An Historical and Future Perspective”; *Social Science and Medicine*; n.º 36; 3-20.
- Antonovsky, Aaron (1993b); “The Structure and Properties of the Sense of Coherence Scale”; *Social Science and Medicine*; n.º 36; 21-39.
- Antonovsky, Aaron (1987); *Unravelling the mystery of health: how people manage stress and stay well*; San Francisco; Jossey-Bass.
- Bengel, Jurgen [et al.] (1999); *What keeps people healthy? The current state of discussion and the relevance of Antonovsky's salutogenic model of health*; Research and Practice of Health Promotion - Vol. 4; Cologne; Federal Centre for Health Education.
- Deeromram, Choochart [et al.] (2010); “Mental health promotion among nursing students”; *Journal of Social Sciences*; Vol. 6; n.º 2; 133-140.
- Dejours, Christophe (1986); “Por um novo conceito de saúde”; *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*; Vol. 14; n.º 54; 7-11.
- Eriksson, Monica (2007); *Unravelling the mystery of salutogenesis: the evidense base of the salutogenesis research as measured by Antonovsky's Sense of Coherence Scale* (2nd ed.); Helsinki; Folkhalsan Research Centre; Health Promotion Research Programme.

- Feldt, Taru [et al.] (2003). "The stability of sense of coherence: comparing two age groups in a 5-year follow-up study"; *Personality & Individual Differences*, Vol. 35; n.º 5; 1151-1166.
- Freire, Paulo (1975); *Pedagogia do oprimido* (2.ª ed.); Porto; Afrontamento.
- Grayson, J. Paul (2008); "Sense of coherence and academic achievement of domestic and international students: a comparative analysis"; *Higher Education*; n.º 56; 473-492.
- Grayson, J. Paul (2007); "Sense of Coherence, Problem Freedom and Academic Outcomes of Canadian Domestic and International Students"; *Quality in Higher Education*; Vol. 13; n.º 3; 215-236.
- Lindström, Bengt; Eriksson, Monica (2005); "Salutogenesis"; *Journal of Epidemiology and Community Health*; n.º 59; 440-442.
- Long, Susanne Ingeborg (2001); *Occupational stress in men and women: a comparative study of coping resources* [em linha]; [Consult. 23 Jan. 2012]; Johannesburg; University of Johannesburg; Disponível em: <http://hdl.handle.net/10210/1541>
- Loureiro, Isabel; Miranda, Natércia (2010); *Promover a Saúde: Dos fundamentos à acção*; Coimbra; Almedina.
- Monteiro, Sara [et al.] (2007); "Relação entre vinculação, sintomatologia psicopatológica e bem-estar em estudantes do primeiro ano do ensino superior"; *Psicologia, Saúde & Doenças* [em linha]; Vol. N.º 8; n.º 1; 83-93. [Consult. 23 Jan. 2012]. Disponível em: <http://www.scielo.oces.mctes.pt/pdf/psd/v8n1/v8n1a06.pdf>
- Navarro, Maria Fernanda (1999); "Educar para a saúde ou para a vida? Conceitos e fundamentos para novas práticas"; in *Educação para a Saúde*; Precioso, J. et al.; Braga; Universidade do Minho; 13-28.
- Nilsson, K [et al.] (2010). "Sense of coherence and psychological well-being: improvement with age"; *J. Epidemiol. Community Health*, n.º 64: 347-352.
- Nunes, Luís Saboga (2002); "O sentido de coerência como conceito operacionalizador do paradigma salutogénico" [em linha]; [Consult. 23 Jan. 2012]; *Atas do IV Congresso Português de Sociologia: Passados recentes, futuros próximos*; Coimbra; Associação Portuguesa de Sociologia; Disponível em: http://www.aps.pt/cms/docs_prv/docs/DPR462e0a1588ba7_1.PDF
- Observatório Português dos Sistemas de Saúde (OPSS) (2010). *A salutogénese e o cidadão: estado da arte* [em linha]; [Consult. 23 Jan. 2012]; Disponível em: <http://www.observaport.org/node/8>
- Oliveira, Clara Costa (2004); *Auto-organização, educação e saúde*; Coimbra; Ariadne Editora.
- Pacheco, Susana (2008). "Stress e Mecanismos de Coping nos Estudantes de Enfermagem"; *Revista Referência*; II Série; n.º 7; 89-95.
- Perrenoud, Philippe (1999); *Construir as competências desde a escola*; Porto Alegre; Artes Médicas.
- Posadzki, Paul [et al.] (2010). "A mixed-method approach to sense of coherence, health behaviors, self-efficacy and optimism: towards the operationalization of positive health attitudes"; *Scandinavian Journal of Psychology*; n.º 51; 246-252.
- University of York (2009); *CRD's guidance for undertaking reviews in health care* (3rd ed.); York; NHS Centre for Reviews and Dissemination.