

TEORIA SALUTOGÊNICA DE AARON ANTONOVSKY: APLICAÇÕES NO CONTEXTO DA PROMOÇÃO DA SAÚDE

Andressa Ferreira Alves Itiyama¹, Regiane da Silva Macuch², Rute Grossi Milani³

¹Acadêmica do Programa de Pós-graduação em Promoção da Saúde, Campus Maringá/PR, Universidade Cesumar – UNICESUMAR. andressa.hera@gmail.com

²Docente do Programa de Pós-graduação em Promoção da Saúde, Campus Maringá/PR, Universidade Cesumar – UNICESUMAR. Pesquisadora do Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação – ICETI. regiane.macuch@unicesumar.edu.br

³Docente do Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde, Campus Maringá/PR, Universidade Cesumar – UNICESUMAR. Pesquisadora do Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação – ICETI. rute.milani@unicesumar.edu.br

RESUMO

A teoria salutogênica de Aaron Antonovsky, se refere a um conceito de saúde, estresse e enfrentamento, que requer, que as experiências de vida contribuem a moldar o senso de coerência de um indivíduo. Diante do exposto, o presente estudo visa identificar as contribuições da teoria salutogênica para a construção de habilidades e enfrentamento do estresse sob o olhar da promoção da saúde. Trata-se de uma revisão narrativa e descritiva da literatura. Durante o período de maio a julho de 2021 foram selecionados artigos científicos publicados em português e inglês nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO) e National Library of Medicine (PubMed). O processo envolveu a busca e análise exploratória de títulos e resumos de investigações consideradas adequadas ao objetivo deste estudo, realizando a posterior análise integral dos textos, e por fim, a leitura, seguida da escrita interpretativa. Os estudos evidenciaram que é possível a partir da teoria salutogênica identificar e desenvolver estratégias para contribuir na promoção da saúde. Conclui-se que a salutogênese permite que as pessoas levem uma vida produtiva, enfrentando ativamente as adversidades pessoais e do ambiente.

PALAVRAS-CHAVE: Promoção da saúde, Adaptação psicológica, Senso de coerência.

1 INTRODUÇÃO

Em 1979, Aaron Antonovsky, imigrante israelense, de nacionalidade americana, sociólogo e médico, desenvolveu o conceito de salutogênese, que se trata inicialmente da abordagem básica dos fatores que mantêm as pessoas saudáveis ao invés de evitar uma patologia ou focar nos fatores de risco. Antonovsky não parte de uma dicotomia doente ou saudável, mas de um contínuo entre os pólos saúde e doença (ANTONOVSKY, 1979).

A princípio Antonovsky estava tratando de mulheres na menopausa, quando os relatos destas pacientes começaram a chamar a sua atenção. Muitas se apresentavam saudáveis, mesmo tendo passado pelo terror dos campos de concentração de Auschwitz.

Para o autor, a pergunta, por que as pessoas se mantêm saudáveis, deve preexistir sobre a dúvida das causas das doenças e dos fatores de risco.

A orientação salutogênica implica na necessidade de promover recursos e capacidades para aumentar a saúde (ERIKSSON; LINDSTRÖM, 2014). Essa orientação, portanto, tem sido adotada na promoção da saúde, embora vá além da interação original do modelo salutogênico de saúde.

O princípio salutogênico questiona principalmente sobre as condições de saúde e as causas que protegem a saúde e contribuem para a sua inviolabilidade. Ela se concentra nos fatores que afetam a manutenção da higidez do indivíduo.

Portanto, salutogênese se refere a um modelo descrito em detalhes, sobre saúde, estresse e enfrentamento, em que as experiências de vida contribuem a moldar o senso de coerência de um indivíduo, sendo a vida entendida como mais ou menos compreensível, significativa e administrável (MITTELMARK *et al.*, 2016).

A relevância de desenvolver esta revisão bibliográfica, centra-se em analisar as contribuições que a teoria salutogênica tem apresentado para a promoção da saúde

contemporânea. Acrescenta-se a isso a busca de preencher uma lacuna, ainda existente, acerca dos estudos sobre o tema.

Diante do exposto, o presente estudo visa identificar as contribuições da teoria salutogênica para a construção de habilidades e enfrentamento do estresse sob o olhar da promoção da saúde.

1.1 SALUTOGÊNESE E O SENSO DE COERÊNCIA

Antonovsky instituiu o conceito salutogênico na ciência e na discussão das políticas de saúde. Ele formulou uma crítica reflexiva sobre a abordagem patogênica curativa centrada na doença, e a contrapõe à perspectiva salutogênica preventiva voltada para a saúde (ANTONOVSKY, 1979).

Aaron Antonovsky (1979, p. 36), queria entender, por que a saúde de algumas pessoas é tal que elas passam pela vida com relativamente pouca dor e sofrimento. A salutogênese nos obriga a examinar todos os aspectos sobre as pessoas que estão doentes, incluindo suas interpretações subjetivas.

Sendo assim, Antonovsky (1979) desenvolveu o Questionário de Orientação para a Vida, composto por 29 itens para mensurar o senso de coerência, tendo 11 itens medindo compreensibilidade, 10 itens a capacidade de gerenciamento e 8 itens determinando a significância. O questionário tem uma pontuação total com variação de 29 a 203 pontos. Uma versão mais curta de 13 questões do formulário original foi desenvolvida por Antonovsky, em que a pontuação varia entre 13 e 91 pontos.

Uma revisão científica e sistemática, mostra que a partir de 2003, o questionário do senso de coerência de 29 itens (SOC-29) e o questionário do senso de coerência de 13 itens (SOC-13), versão abreviada, foram usados em pelo menos 33 idiomas diferentes e em 32 países distintos (ERIKSSON; LINDSTROM, 2014).

Segundo Bauer *et al.* (2020), o SOC apresenta três componentes fundamentais denominados: compreensibilidade (capacidade de entender um evento), gerenciabilidade (percepção do potencial de resolvê-lo) e significância (significado que se dá a esse evento).

Pessoas com um forte SOC são capazes de controlar suas vidas e ambientes para realizarem ações significativas. Tem sido descrito como um determinante de bem-estar e saúde, um fator de proteção contra o sofrimento psicológico e a sobrecarga emocional (DEL-PINO-CASADO *et al.*, 2019).

O senso de coerência se desenvolve ao longo de todo o ciclo da vida de um indivíduo, ou seja, aumenta com a idade. Feldt *et al.* (2007), realizaram um estudo longitudinal com mais de 18.000 finlandeses, em que constatou um SOC estável em pessoas com mais de 30 anos de idade, diferente da população mais jovem, onde o senso de coerência não está equilibrado, expressando oscilações.

A relevância da salutogênese e do senso de coerência para a construção de políticas públicas saudáveis tem sido foco de pesquisa com integração da teoria salutogênica de Antonovsky e do modelo de saúde e bem-estar aos princípios fundamentais da Carta de Ottawa de 1986 (ERIKSSON; LINDSTRÖM, 2014).

O termo salutogênese não aparece na Carta de Ottawa (1986), porém as ideias básicas da abordagem salutogênica são semelhantes ao modo de vida da Organização Mundial da Saúde, e ao conceito de promoção da saúde, conforme estabelecido em 1986 (ERIKSSON; LINDSTROM, 2014).

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão narrativa e descritiva sobre a teoria salutogênica. Durante o período de maio a julho de 2021 foram acessados artigos de periódicos publicados em português e inglês nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO) e National Library of Medicine (PubMed). Utilizou-se os descritores: Promoção da saúde, Adaptação psicológica e Senso de coerência.

Também foi incluído o manual *The Handbook of Salutogenesis* (MITTELMARK *et al.*, 2016), uma coletânea com contribuições de 87 pesquisadores de vários países, que apresentam textos com a essência da teoria de Aaron Antonovsky e descrições salutogênicas contemporâneas visando a promoção da saúde.

Todo o processo envolveu atividades de busca, leitura exploratória de títulos e resumos, seleção dos estudos considerados adequados aos objetivos deste estudo, análise completa dos textos e, por fim, a realização de leitura e posterior escrita interpretativa.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Neste estudo, foi utilizada a revisão da literatura, conhecida como uma introdução utilizando vários autores, trazendo embasamentos teóricos e metodológicos para a compreensão e desenvolvimento do objeto. Dessa maneira, foram utilizados três artigos que apresentam uma perspectiva salutogênica voltada para o enfrentamento de situações que trazem esgotamento mental e físico sob o olhar da promoção da saúde.

Braun-Lewensohn *et al.* (2019), apresentam em sua pesquisa de análise qualitativo transversal, realizada no mês de agosto de 2018, descobertas sobre os recursos de enfrentamento e a saúde mental de 111 mulheres em campos de refugiados. Esses autores exploram o senso de coerência (SOC) pessoal e comunitário e sua influência na percepção de perigo e enfrentamento. Os autores demonstram que o SOC alto é crucial para uma boa adaptação. Esses resultados são discutidos à luz da teoria salutogênica.

O artigo de Barnard e Furtak (2020), estudo qualitativo realizado a partir de uma abordagem fenomenológica hermenêutica lança luz sobre a situação na África do Sul e se refere às experiências de voluntários no contexto da assistência à saúde e bem-estar, argumentam que os voluntários na África do Sul precisam de resiliência psicológica. Portanto, o que os mantém saudáveis é um impulso interno e uma vocação que pode ser ampliada quando as organizações investem no desenvolvimento da perspectiva salutogênica, dentro do contexto da orientação para o trabalho e intervenções.

O artigo de Masanotti *et al.* (2020), fornece uma revisão da literatura sistemática do SOC entre enfermeiros, utilizando as bases de dados PubMed, Web of Science e Scopus. Em seus estudos eles relatam que o SOC baixo é um preditor de estado depressivo, burnout e insatisfação no trabalho entre estes profissionais e que, portanto, a melhora no SOC poderia ser um recurso de promoção da saúde.

Portanto, os estudos evidenciam que é possível a partir da teoria salutogênica e elevado senso de coerência identificar recursos pessoais e ambientais, e desenvolver estratégias para contribuir na promoção da saúde.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que a salutogênese revela os recursos positivos da saúde e as estratégias que as pessoas adotam para mantê-la, contribuindo para o bem-estar e a qualidade de vida, essenciais para a promoção da saúde. Portanto, o método da salutogênese permite que as pessoas levem uma vida produtiva, controlando ativamente as adversidades pessoais e seu ambiente.

As pesquisas também demonstram que pessoas com alto grau de senso de coerência podem entender, gerenciar e ressignificar melhor seus problemas do cotidiano. Isso permite que elas mantenham e melhorem seu potencial de saúde e bem-estar, mesmo em condições adversas de saúde. Elas também têm maior motivação para fazer escolhas e adotar comportamentos saudáveis.

REFERÊNCIAS

ANTONOVSKY, A. **Health, Stress and Coping**. London: Jossey-Bass, 1979, p. 15-36.

BAUER, G. F. *et al.* Future directions for the concept of salutogenesis: a position article. **Health Promotion International**, v. 35, n. 2, p. 187–195, abr. 2020.

BRAUN-LEWENSOHN; ABU-KAF; AL-SAID. Women in Refugee Camps: Which Coping Resources Help Them to Adapt. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 16, n. 20, p. 3990, out. 2019.

BARNARD, A.; FURTAK, A. Psychological Resilience of Volunteers in a South African Health Care Context: A Salutogenic Approach and Hermeneutic Phenomenological Inquiry. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 17, n. 8, p. 2922, abr. 2020.

DEL-PINO-CASADO, R. *et al.* Sense of coherence, burden and mental health in caregiving: A systematic review and meta-analysis. **Journal of Affective Disorders**, v. 242, p. 14-21, jan. 2019.

ERIKSSON, M.; LINDSTRÖM, B. **The salutogenic framework for well-being**: implications for public policy. In: *Well-Being and Beyond*. [s.l.] Edward Elgar Publishing, 2014. p. 68-97.

FELDT, T. *et al.* Structural validity and temporal stability of the 13-item sense of coherence scale: Prospective evidence from the population-based HeSSup study. **Quality of Life Research**, v. 16, n. 3, p. 483–493, abr. 2007.

MASANOTTI, G. *et al.* Sense of Coherence in Nurses: A Systematic Review. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 17, n. 6, p. 1861, mar. 2020.

MITTELMARK, M. B. *et al.* **The Handbook of Salutogenesis**. 2016. p. 1-461. Doi: <https://doi.org/10.1007/978-3-319-04600-6>.