

**11 - 1 | 2023**

---

**Programas de desenvolvimento de competências socioemocionais em crianças do 1<sup>a</sup> ciclo do ensino básico**

*Programs for the development of socioemotional skills in children in the 1st Cycle of basic education*

**Mariana Quaresma de Oliveira Fernandes | Catarina Pombo Antunes | Cândida Loureiro**

---

**Versão eletrónica**

URL: <https://revistas.rcaap.pt/uiips/>

ISSN: 2182-9608

Data de publicação: 24-07-2023 Páginas: 17

**Editor**

Revista UI\_IPSantarém

**Referência eletrónica**

Fernandes, M.; Antunes, C.; Loureiro, C.. (2023). Programas de desenvolvimento de competências socioemocionais em crianças do 1<sup>a</sup> ciclo do ensino básico. *Revista da UI\_IPSantarém*. 11(1), e28840. <https://doi.org/10.25746/ruiips.v11.i1.28840>

## **PROGRAMAS DE DESENVOLVIMENTO DE COMPETÊNCIAS SOCIOEMOCIONAIS EM CRIANÇAS DO 1º CICLO DO ENSINO BÁSICO**

**Programs for the development of socioemotional skills in children in the 1st cycle of  
basic education**

**Mariana Quaresma de Oliveira Fernandes**

Casa de Saúde Rainha Santa Isabel, Portugal

mqoferndes@hotmail.com

**Catarina Pombo Antunes**

Portugal

cpomboantunes@gmail.com

**Cândida Loureiro**

Escola Superior de Enfermagem de Coimbra, Portugal

candida@esenfc.pt

### **RESUMO**

A base para uma boa saúde mental é definida nos primeiros anos da infância e da adolescência, defendendo-se assim o investimento na promoção da saúde mental das crianças e jovens como estratégia da obtenção de ganhos em saúde dos adultos. No âmbito da saúde escolar, a capacitação para a saúde mental centra-se, também, na promoção de competências socioemocionais. A promoção da saúde, realizada pelos enfermeiros de cuidados gerais, é um dos enunciados descritos nos padrões de qualidade dos cuidados de enfermagem.

**Objetivos:** Identificar quais as competências socioemocionais mais sensíveis aos programas de intervenção em contexto escolar; Conhecer a efetividade de programas de intervenção na promoção das competências socioemocionais em crianças do 1º ciclo do ensino básico, através da evidência científica disponível.

**Metodologia:** Revisão Integrativa da Literatura partindo da questão de investigação: Qual a efetividade de programas de intervenção na promoção de competências socioemocionais em crianças do 1º ciclo do ensino básico? Realizada pesquisa através das plataformas B-ON e EBSCOhost, em diversas bases de dados, de 2012 a 2020.

**Resultados:** Após o processo de seleção, foram eleitos cinco artigos. Estes salientam que existe efetividade na implementação deste tipo de programas, concretamente nas competências relações

interpessoais, autoestima, cooperação social, rendimento académico, estratégias de *coping* positivo na resolução de conflitos e bem-estar emocional das crianças.

Conclusões: Compreendeu-se a importância da implementação de programas dirigidos às crianças, dotando-as de competências para enfrentar as adversidades ao longo da vida. Assim, o papel do enfermeiro é fundamental para a promoção da saúde mental e prevenção de doenças mentais a longo prazo.

**Palavras-Chave:** Enfermagem, Programa, Competências socioemocionais, Crianças,

## ABSTRACT

The basis for good mental health is defined in the early years of childhood and adolescence, thus defending the investment in promoting the mental health of children and young people as a strategy for obtaining gains in adult health. In the field of school health, mental health training is also focused on promoting socio-emotional skills. Health promotion, carried out by general care nurses, is one of the statements described in the quality standards of nursing care.

Objectives: To identify which socio-emotional competences are most sensitive to intervention programs in the school context; To know the effectiveness of intervention programs in the promotion of socio-emotional competences in children in the 1st cycle of basic education.

Methodology: Integrative Literature Review based on the research question: What is the effectiveness of intervention programs in the promotion of socio-emotional competences in children in the 1st cycle of basic education? Research was carried out through the B-ON and EBSCOhost platforms, in several databases, from 2012 to 2020.

Results: After the selection process, five articles were chosen. These emphasize that there is effectiveness in the implementation of this type of programs, specifically in interpersonal skills, self-esteem, social cooperation, academic performance, positive coping strategies in conflict resolution and children's emotional well-being.

Conclusions: The importance of implementing programs aimed at children was understood, providing them with skills to face adversities throughout life. Thus, the role of the nurse is fundamental for the promotion of mental health and prevention of mental illness in the long term.

**Keywords:** Nursing, Program, Socioemotional skills, Child,

## 1 INTRODUÇÃO

A pertinência do tema fundamenta-se nos diversos alertas emitidos por organismos nacionais e internacionais sobre a importância da promoção da saúde mental em idades precoces, como prevenção das perturbações mentais na idade adulta. Em Portugal, as diretrizes emanadas pela Direção Geral de Saúde (DGS) recomendam que sejam considerados sinais de alerta relativos à saúde mental das crianças, as perturbações emocionais e do comportamento, assim como as perturbações da relação e da comunicação (DGSa, 2019). A emergência desta prioridade assenta em dados oficiais preocupantes relativos à saúde mental das crianças e adolescentes. Já em 2011, a Organização Mundial da Saúde alertava para esta problemática, afirmando que a vivência de dificuldades ao nível da aprendizagem, da atenção, da instabilidade psicomotora, do comportamento, da indisciplina e da violência podem conduzir a manifestações de um sofrimento emocional acentuado (WHO, 2011). Passados 11 anos, a aposta é construir capital individual para a saúde mental, através de estratégias direcionadas para o fortalecimento de habilidades emocionais e cognitivas, conhecimentos, capacidades e atitudes. Este objetivo pode ser alcançado através do desenvolvimento de programas, em diversos contextos (ao longo de todo o ciclo vital) que promovem a competência para viver, aprender e trabalhar de forma eficaz. Incluem-se aqui as habilidades de comunicação, pensamento crítico, tomada de decisão, resolução de problemas, autoconsciência, empatia e cuidado com os outros, a capacidade de autocuidado e escolha de comportamentos e estilos de vida saudáveis (WHO, 2022).

Em Portugal, o Plano Nacional de Saúde Mental (PNSM) afirma que uma em cada cinco crianças apresenta evidência de problemas mentais e destas, cerca de metade tem uma perturbação do foro psiquiátrico (Coordenação Nacional para a Saúde Mental, 2008). Segundo o Manual de Boas Práticas da Literacia em Saúde, os programas de competências socioemocionais dirigidos a crianças e jovens, que promovem o desenvolvimento de autoconhecimento, autocontrolo, consciência social, relações interpessoais e tomada de decisão responsável, devem ser amplamente desenvolvidos em contextos de saúde escolar (DGSb, 2019). Também a Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico (OCDE) defende que as crianças precisam de adquirir um conjunto equilibrado de competências cognitivas e socioemocionais para serem bem-sucedidas na vida moderna, reconhecendo que a capacidade de atingir objetivos, de trabalhar eficientemente em grupo e de lidar com as emoções, será essencial para poderem enfrentar os desafios do século XXI. Por isso recomenda que os governos invistam no desenvolvimento de habilidades sociais e emocionais, desde idades precoces, uma vez que elas são adquiridas, progressivamente, desde o nascimento ao longo dos vários estádios de desenvolvimento, sendo relativamente maleáveis entre a primeira infância e a adolescência (OCDE, 2015). Hoje em dia, e em consequência da implementação do Plano de Recuperação e Resiliência, pretende-se reforçar o papel central dos cuidados de saúde primários no âmbito do SNS e melhorar os cuidados continuados e de saúde mental (OCDE & WHO, 2021).

No que respeita ao conceito de competência social, Canha e Neves (2008) consideram que engloba dois conjuntos de competências e processos: o comportamento interpessoal e o desenvolvimento e manutenção de relações íntimas. Do primeiro fazem parte a empatia, a assertividade, o altruísmo, a cooperação, a gestão da ansiedade e da raiva, e as competências de conversação. O segundo grupo envolve a comunicação, resolução de conflitos e competências de intimidade.

A competência emocional é definida como uma reação intensa e ajustada a um acontecimento significativo para o indivíduo, acompanhada por manifestações que englobam as componentes biológica, cognitiva e comportamental, influenciando o comportamento e a perceção, a aprendizagem e o desempenho do indivíduo (DGS, 2019).

As emoções possibilitam a atribuição de significado às diversas situações que auxiliam o indivíduo no processo de tomada de decisão, contribuindo para a regulação do estado interno do indivíduo, ou seja, a autorregulação (Damásio, 2011). A regulação emocional é vista como um dos mais importantes elementos da competência emocional pela interação com outras tarefas no desenvolvimento da criança durante a idade pré-escolar, como o início da relação com os pares e o atingir de metas cognitivas, permitindo ativar as emoções, de forma a aumentar a sua intensidade e, se necessário, impulsionar um comportamento como resposta (Pinto et al., 2014).

De acordo com o PNSE o papel dos profissionais de saúde, nos Projetos de Promoção de Competências Socioemocionais é o de assegurar as condições de saúde física e mental que permitam às crianças e jovens a aquisição de competências e o *empowerment*, no sentido do bem-estar e do sucesso académico e pessoal (DGS, 2015). Em Portugal, a saúde escolar integra a área de competência das Unidades de Cuidados na Comunidade (UCC), regulada pelo Despacho n.º 10143/2009, e que na carteira de serviços, Art.º 9, nº 4, b) integra “intervenções em programas no âmbito da proteção e promoção de saúde e prevenção da doença na comunidade”. Na equipa nuclear de saúde escolar, os enfermeiros assumem o papel de Interlocutores da Saúde nas escolas, promovendo um elevado número de atividades em meio escolar e sendo os responsáveis pela articulação entre escolas e serviços de saúde.

Internacionalmente é de destacar que a American Academy of Pediatrics (Hagan et al., 2017) defende que intervenção do enfermeiro é fundamental para que se possam alcançar ganhos em saúde e alterações de comportamento uma vez que reconhece que a promoção da saúde e a prevenção de doenças requerem esforços coordenados entre profissionais da saúde (incluindo saúde pública), serviços sociais, saúde mental, serviços educacionais, saúde domiciliar, pais, cuidadores, famílias e muitos outros membros da comunidade em geral. Também a National Association of School Nurses (NASN, 2016) defende que a presença do enfermeiro nas escolas é

uma mais valia para o estabelecimento de ensino, uma vez que permite o planeamento e execução de cuidados de enfermagem adaptados à comunidade escolar, indo ao encontro das necessidades reais identificadas. A prioridade são os cuidados de enfermagem de proximidade e centrados no aluno, implementados, quer no contexto da família, quer da comunidade escolar do aluno.

No que respeita à avaliação dos Programas referidos, importa clarificar os conceitos de eficácia, efetividade e impacto, dado que muitas vezes estes são utilizados, na literatura, como sinónimos. De acordo com Last (1995), eficácia corresponde ao grau ou medida de uma intervenção específica que produz um resultado benéfico em condições ideais; efetividade é “o grau de sucesso de um processo, atividade, intervenção específica (...) quando utilizado no ‘terreno’ [comunidade, indivíduo, etc.] quanto ao objetivo visado, numa população definida” (p.75). O mesmo autor considera ainda que a efetividade corresponde à eficácia na prática. Rundall (1992) diferencia os conceitos de efetividade e impacto, referindo que a efetividade corresponde à capacidade de se chegar aos resultados pretendidos a curto prazo e o impacto, a longo prazo, traduzindo-se numa determinada consequência.

## 2 MÉTODOS

Foi realizada uma Revisão Integrativa da Literatura (RIL) que, na perspetiva de Lobiondo-Wood and Haber (2017) é a categoria mais ampla de revisão sobre um conceito ou tema específico podendo incluir literatura teórica, estudos metodológicos ou resultados de diferentes estudos de pesquisa (incluindo pesquisa quantitativa ou qualitativa, ou ambas). É uma forma de avaliar e sintetizar a literatura, mas sem um processo analítico de análise estatística. Inclui etapas específicas de integração e síntese de literatura, que se apresentam de seguida.

A RIL teve por base a estratégia PI[C]O, correspondendo a Participantes (Crianças do 1º ciclo do ensino básico), Intervenção (Programas de intervenção para promoção de competências socioemocionais), Comparações, e Outcomes (Efetividade da implementação de programas de intervenção ao nível das competências socioemocionais), sendo estes componentes indispensáveis para a pesquisa de evidência científica assim como para a formulação da questão de investigação: “Qual a efetividade de programas de intervenção na promoção de competências socioemocionais em crianças do 1º ciclo do ensino básico?”.

Seguiu-se a definição dos objetivos: 1) Identificar quais as competências socioemocionais mais sensíveis aos programas de intervenção, em contexto escolar; 2) Conhecer a efetividade de programas de intervenção na promoção das competências socioemocionais em crianças do 1º ciclo do ensino básico, através da evidência científica disponível.

Com a finalidade de conduzir a investigação e refinar a pesquisa foram definidos como critérios de inclusão: os participantes serem crianças do 1º ciclo do ensino básico, entre os 6 e os 10 anos de idade, o horizonte temporal de pesquisa situa-se entre 2012 e 2020, serem estudos primários com abordagem qualitativa e/ou quantitativa, o idioma poder ser inglês, Português ou Espanhol, ter-se acesso a artigos gratuitos e com texto integral. Como critérios de exclusão consideraram-se: crianças com idades inferiores ou superiores ao intervalo definido, estudos publicados antes de 2012 e estudos do tipo revisão sistemática da literatura e revisão integrativa da literatura. Estes critérios resultam da opção metodológica escolhida.

Palavras-chave: Socioemotional development; Children development; Socioemotional skills; Primary aged children; Childhood; Primary age students; Program; Intervention; Training; Education.

Foram aplicados os operadores booleanos AND e OR para conjugação das palavras-chave e a truncadura asterisco (\*) para identificar possíveis abreviações ou palavras com diferentes terminações. A expressão de pesquisa que resultou da combinação das palavras-chave foi a seguinte:

- ((Socioemotional development OR Child\* development OR Socioemotional skills) AND (Primary aged child\* OR Childhood OR Primary age students) AND (Program OR Intervention OR Training OR Education)).

Para a pesquisa recorreu-se às bases de dados Academic Search Complete, Science Direct, Scien Citation, Scopus e Scielo, através do motor de busca eletrónico B-on. Utilizaram-se também as bases de dados CINAHL Complete, MEDLINE Complete e Psychology and Behavioral Sciences Collection, via motor de busca eletrónico EBSCO. A pesquisa foi realizada no período de 23 a 28 de abril de 2020.

### 3 RESULTADOS

Na figura 1 encontra-se representado o diagrama do processo metodológico utilizado na seleção dos artigos.

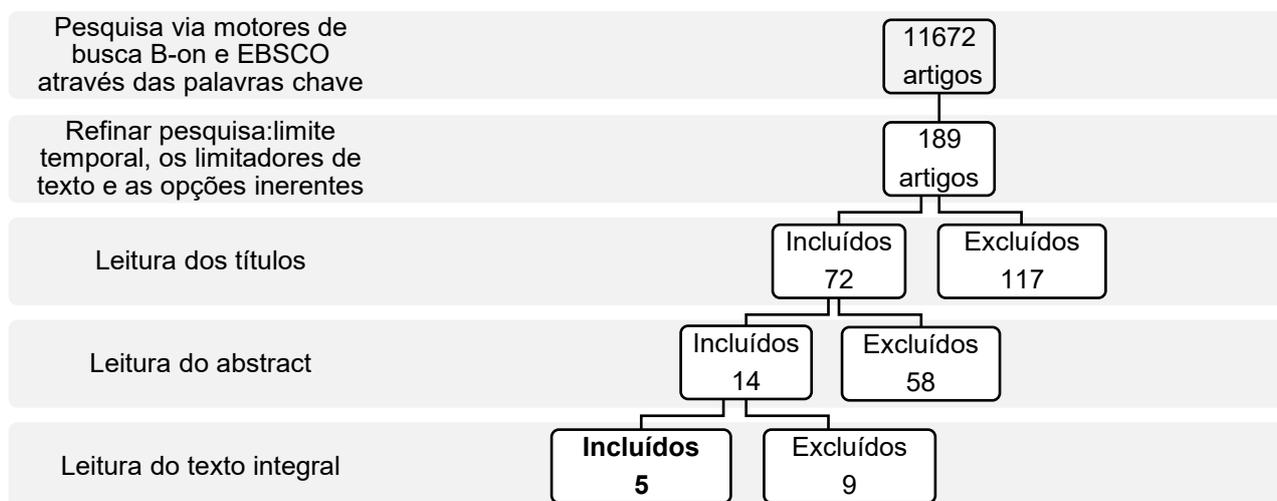


Figura 1 – Diagrama do processo de seleção dos artigos

Na tabela 1 são apresentados os 5 artigos por ordem cronológica, do mais antigo (2012) para o mais recente (2018) e codificados (E<sub>1</sub>, E<sub>2</sub>, E<sub>3</sub>, E<sub>4</sub> e E<sub>5</sub>).

Tabela 1

*Estudos selecionados para análise*

Código	País	Autores	Ano	Título
E <sub>1</sub>	Portugal	Raimundo, R., & Marques-Pinto, A.	2012	The effects of a social–emotional learning program on elementary school children: the role of pupils' characteristics
E <sub>2</sub>	Chile	Berger, C., Milicic N., Alcalay, L., & Torretti, A.	2014	Programa para el bienestar y aprendizaje socioemocional en estudiantes de tercero y cuarto grado: descripción y evaluación de impacto
E <sub>3</sub>	Irlanda	Barry, M., Clarke, A., & Sixsmith, J.	2015	Evaluating the implementation of an emotional wellbeing programme for primary school children using participatory approaches
E <sub>4</sub>	Portugal	Coelho, V., Sousa, V., & Figueira, A.	2016	The effectiveness of a portuguese elementary school social and emotional learning program
E <sub>5</sub>	Brasil	Pavoski, G. T. T., Toni, G. S., Batista, A., & Elgnachewski, C. A.	2018	Prevenção universal e promoção de saúde em grupo de crianças a partir do Método Friends

Apresentam-se os dados relativos a cada um dos artigos científicos em tabelas, acrescidos de um pequeno texto para melhor compreensão.

Apresenta-se o Estudo E1 na Tabela 2.

Tabela 2

*Apresentação do estudo E<sub>1</sub>*

Raimundo, R., & Marques - Pinto, A. (2012)		
The effects of a social–emotional learning program on elementary school children: the role of pupils' characteristics		
Tipo de estudo/Instrumentos de recolha de dados	Participantes/Amostra	Objetivos
<p>Estudo quantitativo, desenho <i>quasi-experimental</i>, com grupo de controlo e grupo de intervenção e avaliação em 3 momentos (pré-teste, pós-teste e <i>follow up</i>).</p> <p>Utilizadas duas escalas para avaliar competências socioemocionais (<i>Assessment of Children's Emotions Scales - ACES</i> e <i>School Social Behavior Scales SSBS-2</i>), uma escala e duas subescalas foram usadas para avaliar o ajuste psicológico (ansiedade, agressividade e problemas sociais) e um questionário para avaliação da satisfação com o programa.</p>	<p>318 alunos do 4ºano (175 rapazes e 143 raparigas), com média de idades de 9,31 anos, de seis escolas de Lisboa, escolhidas aleatoriamente, sendo 213 alunos do grupo de intervenção (11 turmas) e 105 alunos do grupo de controlo (5 turmas).</p> <p>16 professores (11 das turmas de intervenção e 5 das turmas de controlo).</p>	<p>Analisar a eficácia de um programa de aprendizagem socioemocional (SEL) nas competências socioemocionais e no ajuste psicológico das crianças.</p>
<p><b>Programa de Intervenção:</b> Os autores fizeram uma adaptação do programa universal SEL, construindo um programa que denominaram de <i>Slowly, but steadily</i>. Desenvolve-se em 21 sessões de 45 a 60 minutos cada, realizadas semanalmente por psicólogos da escola na presença dos professores, ao longo de um ano letivo, com um conjunto de atividades que enfatizam a aprendizagem por meio de experiências interativas e reflexivas. Nas sessões são trabalhadas a autoconsciência, compreensão e comunicação das emoções (6 atividades); consciência social e empatia (4 atividades); regulação emocional (3 atividades); habilidades interpessoais, comunicação e gestão de conflitos (6 atividades); habilidades responsáveis de tomada de decisão e resolução de problemas (2 atividades).</p> <p>As técnicas e estratégias utilizadas incluem: instrução didática, pósteres, declamação de histórias, reflexão com brainstorming, questionamentos abertos, modelagem (através de observação e imitação, role playing, feedback construtivo, auto-reforço e jogos em grupo).</p> <p>O programa contém um manual para a sua implementação com descrição das atividades para cada sessão.</p>		
<p><b>Conclusão:</b> A intervenção foi eficaz no aumento da autogestão e na melhoria das relações entre pares.</p>		

Verificou-se que o programa *Slowly, but steadily* teve um efeito significativo nos problemas comportamentais, como agressividade e problemas sociais, mas não com ansiedade. Também se verificou que os rapazes do grupo de intervenção tiveram maiores ganhos na dimensão autogestão, agressividade e problemas sociais do que os do grupo de controlo. As raparigas não revelaram diferenças relativamente aos dois grupos. A análise dos dados indica um efeito significativo na interação social entre grupo de pares, com uma vantagem significativa para os rapazes do grupo de intervenção no que diz respeito à autogestão e problemas sociais.

Segue-se a Tabela 3 em que se apresenta o estudo E<sub>2</sub>.

Tabela 3

Apresentação do estudo E<sub>2</sub>

Berger, C., Milicic N., Alcalay, L., & Torretti, A. (2014) Programa para el bienestar y aprendizaje socioemocional en estudiantes de tercero y cuarto grado: descripción y evaluación de impacto		
Tipo de estudo/Instrumentos de recolha de dados	Participantes/Amostra	Objetivos
Estudo quantitativo, desenho <i>quasi-experimental</i> , com grupo de controlo e grupo de intervenção. Utilizadas escala de bem-estar socioemocional; escala de autoestima; três subescalas da escala de clima social e mapas sociocognitivos <i>Social Cognitive Mapping</i> para avaliar a interação social no grupo de pares. Também foi considerada a média geral anual de cada estudante no ano anterior à aplicação do programa e no final do ano em que o mesmo foi aplicado, para avaliar o rendimento académico.	Amostra global - 671 estudantes com idades entre os 8 e os 10 anos que frequentam 3º ano (56,6%) e 4º ano (43,4%), pertencentes a cinco escolas primárias de Santiago, Chile. Foram selecionadas por conveniência três escolas para o grupo experimental (437 alunos) e duas escolas para o grupo de controlo (234 alunos).	Apresentar o programa <i>Bienestar y Aprendizaje Socioemocional-BASE</i> ; Avaliar o impacto das variáveis chave associadas ao bem-estar e aprendizagem socioemocional.
<b>Programa de Intervenção:</b> Os autores construíram um programa que denominaram de <i>Bienestar y Aprendizaje Socioemocional - BASE</i> . As sessões têm a duração de uma hora, duas vezes por semana, durante sete meses. As áreas do programa orientam-se de modo a favorecer os estudantes no conhecimento de si próprios, na valorização de competências pessoais, na compreensão acerca do efeito das emoções nos próprios comportamentos e nos outros, na autorregulação, considerar a perspetiva dos outros, as habilidades de comunicação, a relação com o mundo externo, a visão positiva do mundo e o confronto pacífico de conflitos. O programa é implementado através de jogos que utilizam distintas formas de expressão (escrita, desenhos e dramatizações) permitindo espaços de trabalho e reflexão individual, pares e grupais, a fim de motivar distintos níveis de compromisso, intimidade e profundidade. O programa inclui dois manuais orientadores para a sua implementação. O manual de bolso, distribuído por cada estudante integra especificações das atividades para cada nível. O manual do professor inclui o enquadramento teórico e a descrição do programa, bem como comentários e indicações para cada atividade sugerida.		
<b>Conclusão:</b> A autoestima foi a variável onde se obteve maior impacto com a implementação do programa.		

Relativamente ao grupo experimental, os resultados indicam que todas as variáveis estudadas apresentaram uma subida nas médias após a implementação do Programa. Quanto ao grupo controlo, verificou-se uma descida ao longo do ano nas médias da perceção do clima social escolar (dimensão professor), na integração social e no rendimento académico. Segundo a perceção do professor, os resultados sobre o impacto do programa mostraram que a variável mais afetada positivamente pela participação no programa foi a autoestima. Na primeira avaliação, o rendimento académico apresenta uma associação positiva com o bem-estar socioemocional e com a autoestima (relatada pelo estudante e pelo professor), enquanto que na segunda avaliação se associa de forma significativa e positiva com todos os indicadores em estudo. No grupo experimental evidencia-se uma diferença significativa no bem-estar socioemocional, na autoestima e no rendimento académico comparativamente ao grupo de controlo. Os resultados mostram que no grupo experimental, os rapazes apresentaram um aumento significativo da integração social, não se verificando diferenças para as raparigas. Em suma, os autores observaram melhorias na autoestima dos estudantes, na interação social e no rendimento académico. A participação nesta intervenção aparenta criar um fator protetor quer para os vínculos sociais quer para o rendimento académico. Neste sentido, os resultados apresentados dão maior relevância à necessidade de integrar nos programas de formação docente, conteúdos relacionados com a aprendizagem socioemocional.

A Tabela 4 refere-se ao estudo E<sub>3</sub>.

Tabela 4

Apresentação do estudo E<sub>3</sub>

Barry, M., Clarke, A., & Sixsmith, J. (2015) Evaluating the implementation of an emotional wellbeing programme for primary school children using participatory approaches		
Tipo de estudo/Instrumentos de recolha de dados	Participantes/Amostra	Objetivos
Desenho <i>quasi-experimental</i> , com grupo de controlo e grupo de intervenção. Foram utilizadas abordagens participativas qualitativas (escrever, desenhar, atividade de sentimentos e brainstorming em grupo) através de um workshop semi-estruturado, para explorar as experiências das crianças no programa <i>Zippy's Friends</i> .	Da amostra global de 44 escolas desfavorecidas que participaram no programa (n=717 alunos), 9 turmas (n=161 alunos) foram selecionadas aleatoriamente: 6 turmas para o grupo de intervenção (n=84 alunos) e 3 turmas para o grupo de controlo (n=77). A média de idades dos alunos é de 7 anos e 2 meses. Os grupos são formados por crianças de ambos os géneros e com homogeneidade de idades.	Avaliar a efetividade da implementação do programa <i>Zippy's Friends</i> e o impacto dos resultados nas crianças de escolas primárias desfavorecidas na Irlanda.
<b>Programa de Intervenção:</b> O <i>Zippy's Friends</i> é um programa internacional de bem-estar emocional destinado a crianças com idades compreendidas entre os 6 e 9 anos. O objetivo do programa é ajudar as crianças a expressar as suas emoções, melhorando as suas competências de literacia emocional e melhorar as suas estratégias de <i>coping</i> . O programa consiste em 24 sessões de uma hora semanal divididas em 6 módulos que se focalizam nos seguintes temas: 1) Sentimentos; 2) Comunicação; 3) Estabelecimento e rutura de relações; 4) Resolução de conflitos; 5) Lidar com a mudança e a perda; 6) Estratégias gerais de <i>coping</i> .		
<b>Conclusão:</b> Os resultados da atividade de desenhar e escrever forneceram evidências da efetividade do programa no uso de estratégias de resolução de problemas e procura de apoio pelas crianças para lidar com dificuldades.		

A avaliação do programa *Zippy's Friends* foi realizada através de um workshop semi-estruturado, com a utilização de técnicas quantitativas padronizadas. Teve uma duração de dois dias letivos, com cada um dos grupos de intervenção e controlo, nos quais foram exploradas estratégias de *coping* e de literacia emocional com uma abordagem centrada na criança. A atividade de desenhar e escrever foi realizada no primeiro dia, e a atividade de sentimentos e o brainstorming em grupo foram realizados no segundo dia. Uma série de quebra-gelos foi usada durante as oficinas participativas para envolver as crianças e garantir que as atividades fossem divertidas. Especificamente, o workshop foi projetado para explorar: 1. Experiências pessoais de como lidaram com situações problemáticas; 2. Capacidade de identificar sentimentos em resposta a situações problemáticas; 3. Opiniões sobre o programa. Nesta avaliação, os dados foram categorizados em temas (conflito, rejeição e perda) e comparados entre si.

Tanto o grupo de intervenção como o grupo de controlo apresentaram estratégias de *coping* semelhantes no pré-teste. No pós-teste, as crianças do grupo de intervenção fizeram recurso a um maior número de estratégias ativas de *coping* (fazer algo para mudar a situação ou se sentirem melhores, técnicas de relaxamento e procurar apoio) comparativamente às do grupo de controlo. Para além disso, as crianças do grupo de intervenção apresentaram uma melhoria no que concerne à literacia emocional, apresentando um vocabulário mais vasto e rico na expressão dos seus sentimentos e emoções, bem como uma maior capacidade de perceber as emoções dos outros. Foi também verificado um melhor ajuste psicológico nas crianças do grupo de intervenção no pós-teste. Os resultados não apresentaram divergências no que diz respeito ao agrupamento das crianças por idade e género. Dadas as diferenças entre os grupos de controlo e de intervenção, os resultados confirmam os benefícios dos programas SEL para as crianças, assim como a sua efetividade.

O estudo E<sub>4</sub> é apresentado na Tabela 5.

Tabela 5

Apresentação do estudo E<sub>4</sub>

Coelho, V., Sousa, V., & Figueira, A. (2016) The effectiveness of a portuguese elementary school social and emotional learning program		
Tipo de estudo/Instrumentos de recolha de dados	Participantes/Amostra	Objetivos
<p>Estudo quantitativo, desenho <i>quasi-experimental</i>, com grupo de controlo e grupo de intervenção.</p> <p>Para a avaliação das competências socioemocionais foi utilizada a <i>Bateria de Socialização-3(BAS-3)</i> um instrumento de autoavaliação e para a avaliação da autoestima foi utilizada a escala <i>General Self</i> do <i>Self-Description Questionnaire I (SDQ I)</i>.</p> <p>A avaliação dos relatórios feitos pelos professores, baseou-se na perceção das competências socioemocionais dos seus alunos através do questionário <i>Social and Emotional Competencies Evaluation Questionnaire – Teachers Version</i>.</p>	<p>A amostra é composta por 1237 alunos do 4º ano (659 do género masculino e 578 do género feminino), com média de idades de 9,2 anos, de 22 escolas básicas públicas pertencentes a 6 agrupamentos escolares no distrito de Lisboa. 970 alunos estão inseridos no grupo de intervenção (82 turmas, com média de 12 alunos por turma) e 267 alunos no grupo de controlo (21 turmas, com média de 13 alunos por turma).</p> <p>56 professores (47 presentes nas turmas de intervenção e 9 presentes nas turmas de controlo).</p> <p>Foram utilizados dois informantes por respondente (o aluno e seu/sua professor).</p>	<p>Identificar a efetividade do programa <i>Atitude Positiva</i> na aprendizagem de competências socioemocionais e de autoestima dos alunos portugueses do 4º ano do ensino básico.</p>
<p><b>Programa de Intervenção:</b> O programa <i>Atitude Positiva</i>, é um programa de intervenção baseado na estrutura proposta pelo <i>Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning</i>.</p> <p>O Programa foi implementado por cinco psicólogos educacionais, na presença dos professores. ao longo de 5 anos letivos. Consiste em 13 sessões de uma hora semanal, a 1ª sessão é focada na apresentação dos alunos, do psicólogo e do programa, recorrendo a atividades de “quebra-gelo”; na 2ª sessão é realizada a avaliação inicial; da 3ª à 12ª sessão são desenvolvidas atividades que se encontram divididas em 4 módulos: 2 sessões concebidas para aumentar a autoconsciência, estimulando a expressão e o reconhecimento de emoções; 3 sessões para o desenvolvimento da autogestão e consciência social, recorrendo a um quadro de jogos; 3 sessões no reforço/melhoria da autoestima através da interação em grupo; 2 sessões sobre decisões para promoção da tomada de decisão responsável, através de <i>roleplay</i> na análise de bandas-desenhadas; por fim, na 13ª sessão é realizada a avaliação final.</p>		
<p><b>Conclusão:</b> O programa <i>Atitude Positiva</i> foi considerado efetivo dado que refletiu efeitos significativos consistentes, apesar de modestos, nas competências sociais e emocionais dos alunos que nele participaram.</p>		

Os auto relatórios realizados pelas crianças no pré-teste, indicaram que as crianças do grupo de intervenção apresentavam maior autocontrolo e maiores níveis de isolamento social relativamente ao grupo de controlo. Após a intervenção, foi verificada uma melhoria significativa no grupo de intervenção a nível do autocontrolo, da consciência social, do isolamento social e da autoestima, comparativamente com o grupo de controlo. Embora os relatórios dos professores não tenham indicado diferenças entre ambos os grupos no pré-teste, indicaram que, no pós-teste, houve uma melhoria nas dimensões autocontrolo, consciência social, e ansiedade social. Quanto à comparação de género, no pré-teste as raparigas apresentavam maiores níveis de consciência social, de autocontrolo e de ansiedade social quando comparadas aos rapazes. No pós-teste, as raparigas apresentaram uma melhoria na autoestima relativamente aos rapazes. Os relatórios dos professores realizados no pré-teste corroboram as diferenças entre géneros, relatando que as raparigas apresentavam maiores níveis de consciência social, autocontrolo e liderança e os rapazes apresentavam maiores níveis de isolamento social. Os relatórios dos professores indicam que, no pós-teste, os rapazes beneficiaram mais na dimensão do isolamento social do que as raparigas. Por fim os auto relatórios feitos pelas crianças referem maiores ganhos nas dimensões de isolamento social e autoestima e os relatórios feitos pelos professores referem ganhos na ansiedade social, que diminuiu. Na dimensão da liderança não foram verificadas diferenças significativas entre os grupos. Ambos os relatórios indicam que a implementação do programa aumentou o autocontrolo e a consciência social bem como diminuiu a ansiedade social nas crianças. Na globalidade o programa obteve resultados bastante satisfatórios na melhoria das competências socioemocionais das crianças, concluindo assim que os programas SEL acarretam efeitos positivos na melhoria destas competências.

O Estudo E<sub>5</sub> é apresentado na Tabela 6.

Tabela 6

*Apresentação do estudo E<sub>5</sub>*

Pavoski, G. T. T., Toni, G. S., Batista, A., & Elgnachewski, C. A. (2018) Prevenção universal e promoção de saúde em grupo de crianças a partir do Método Friends		
Tipo de estudo/Instrumentos de recolha de dados	Participantes/Amostra	Objetivos
Estudo quantitativo, <i>quasi-experimental</i> , com grupo de intervenção. Utilizou-se uma escala de verificação de comportamental, preenchida pelos pais/cuidadores das crianças, a <i>Child Behavior Check List 6-18 (CBCL 6-18)</i> em três momentos: pré-intervenção, pós-intervenção e avaliação <i>follow-up</i> 60 dias após a segunda sessão de reforço.	Amostra de 10 crianças, de ambos os géneros, entre os 6 e 7 anos de idade, que frequentavam as escolas do Município de uma cidade do interior do Paraná.	Avaliar a eficácia do <i>Método Friends</i> .
<b>Programa de Intervenção:</b> O <i>Método Friends</i> é um programa de promoção da saúde e prevenção de perturbações de ansiedade e depressivas na infância, através da promoção de competências sociais, fazer amizades, reconhecer os sentimentos em si e nos outros, ser empático e se autorregular e também pelo aumento de resiliência emocional.		
<b>Conclusão:</b> O <i>Método Friends</i> apresenta bons indícios de eficácia para a promoção de habilidades socioemocionais e prevenção de ansiedade e depressão.		

Os resultados mostram que a intervenção realizada melhorou as competências sociais e os problemas comportamentais/emocionais das crianças. Nas competências sociais foram avaliadas a atividade, a sociabilidade e a escolaridade, sendo notória uma eficácia positiva da intervenção. Somente na subescala de escolaridade se observou uma pequena diminuição do pré-teste para o pós-teste, voltando a média a aumentar na avaliação *follow-up*. No que diz respeito aos problemas comportamentais/emocionais, foram avaliados os problemas comportamentais de internalização (ansiedade, isolamento, depressão e queixas somáticas), de externalização (problemas sociais, comportamentos de quebrar regras e comportamentos agressivos), problemas do pensamento e problemas de atenção. Em relação às escalas de internalização, externalização e problemas do pensamento observou-se uma diminuição nos três momentos de avaliação. É de ressaltar que os problemas de atenção tiveram uma diminuição do pré-teste para o pós-teste, mas um ligeiro aumento no *follow-up*. Foram observadas diferenças estatisticamente significativas do pré-teste para o *follow-up* no desempenho social e isolamento/depressão. Do pré-teste para o pós-teste, nas subescalas de problemas sociais e comportamento de quebrar regras, também se verificaram diferenças de médias estatisticamente significativas. Em suma, crianças que apresentavam elevados níveis de ansiedade no início do programa diminuíram os sintomas após o término do mesmo. Os resultados obtidos no fim da intervenção indicam um possível aumento de habilidades e competências envolvidas na regulação de comportamentos externalizantes, aumento de comportamentos pró-sociais e diminuição de problemas de relacionamento interpessoal.

#### 4 DISCUSSÃO DE RESULTADOS

Os estudos selecionados realizaram-se em quatro países diferentes, nomeadamente Portugal (E<sub>1</sub> e E<sub>4</sub>), Chile (E<sub>2</sub>), Irlanda (E<sub>3</sub>) e Brasil (E<sub>5</sub>).

Todos os estudos utilizaram a metodologia quantitativa e desenho *quasi-experimental*. Relativamente à dimensão da população em estudo, verifica-se uma grande disparidade, sendo as amostras constituídas por 1237, 671, 318, 161 e 10 participantes nos estudos E<sub>4</sub>, E<sub>2</sub>, E<sub>1</sub>, E<sub>3</sub> e E<sub>5</sub>, respetivamente. Os programas implementados divergem no tempo de execução, indo de 7 meses (E<sub>2</sub>) até 5 anos (E<sub>4</sub>). Segundo a DGS (2019) as intervenções com um período de intervenção mais

prolongado, concorrem para a obtenção de resultados mais significativos em termos de alteração do comportamento pelas crianças, sendo benéfico uma duração mais prolongada dos programas. No entanto não especifica quais os limites temporais para essa designação 'prolongada'. Os programas foram implementados por psicólogos educacionais ou professores e desenvolvidos em contexto escolar. Loureiro (2013) alerta para a possibilidade destas intervenções serem utilizadas pelos profissionais de enfermagem de forma continuada na sua prática clínica, assumindo o enfermeiro o papel de formador. Também a Ordem dos Enfermeiros (2011) defende que o enfermeiro de cuidados gerais detém um conjunto de conhecimentos, capacidades e habilidades que mobiliza em contexto de prática clínica que lhe permitem, no âmbito da Educação para a Saúde, dotar os cidadãos de conhecimentos, capacidades, atitudes e valores que os ajudem a tomar decisões adequadas.

Partindo dos objetivos formulados, procede-se à análise, comparação e confronto com outros autores, dos resultados dos estudos selecionados de forma a dar resposta à questão de investigação.

1) Identificar quais as competências socioemocionais mais sensíveis aos programas de intervenção, em contexto escolar.

Numa análise mais global, os estudos E1, E3, E5 indicam que os respetivos programas melhoraram as competências sociais e diminuíram os problemas comportamentais/emocionais das crianças. No E5 as competências sociais foram avaliadas pela atividade, sociabilidade e escolaridade, através de escalas de internalização e externalização, tendo-se verificado diferenças estatisticamente significativas nos três momentos de avaliação (pré-teste, pós-teste e follow up). No E1 foram aplicadas duas escalas para avaliar competências socioemocionais (conhecimento emocional e competência social) tendo-se verificado melhoria dos resultados depois da intervenção. Estes dados estão em sintonia com os obtidos por Diken et al. (2010) que demonstraram especificamente que, ocorreu um decréscimo nos comportamentos problemáticos e na externalização dos mesmos, havendo um aumento de competências sociais, na cooperação, na assertividade e no autocontrolo por parte dos alunos. Os estudos E2 e E4 revelaram melhorias na interação social e no isolamento social e autoestima, sendo no caso do estudo E2 a variável mais suscetível à melhoria depois da implementação da intervenção. Esta evidência está de acordo com um estudo anterior em que os resultados mostraram um impacto significativo positivo do programa na autoestima, integração social, e na perceção do clima escolar dos estudantes que participaram, quando comparados com o grupo controle (Milicic et al., 2013). Segundo os autores dos estudos E2 e E4 a participação nos programas aparenta criar um fator protetor para os vínculos sociais, refletindo-se consequentemente na melhoria do rendimento académico. Esta evidência está de acordo com Silva (2009) que reforça a ideia que o sucesso académico se relaciona com o ajustamento social da criança na escola e com o nível de desenvolvimento da regulação emocional e comportamental. Também Sklad et al. (2012) confirmaram a efetividade destes programas no desempenho escolar. Outro programa dirigido a crianças do ensino básico sustenta que o investimento na educação emocional favorece a aquisição de competências emocionais para agir cooperativamente e melhora as relações sociais e de amizade entre pares (Merchán et al., 2014).

O estudo E<sub>4</sub> obteve, ainda, melhoria nas variáveis autocontrolo, consciência social e ansiedade social o que é muito relevante pela importância dessas dimensões no desenvolvimento das competências socioemocionais. Segundo a Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL, 2005) das competências mais significativas da aprendizagem socioemocional destacam-se a autoconsciência, o autocontrolo, a consciência social, as competências de relacionamento interpessoal e a tomada de decisão responsável. O estudo E3 evidencia as estratégias de *coping* e literacia emocional, englobadas na esfera socioemocional. Verificaram-se diferenças significativas entre o grupo experimental e o grupo de controlo, sendo que o primeiro obteve melhores resultados na utilização de estratégias de *coping* em situações de conflito, rejeição/perda e um vocabulário mais vasto na literacia emocional, melhorando a capacidade da expressão de emoções, bem como, a perceção das emoções do outro. Diversos estudos corroboram estes resultados revelando impacto positivo nas competências sociais e de literacia

emocional, incluindo autoconsciência, autorregulação e motivação, assim como nas competências de *coping* e resolução de problemas (Clarke et al., 2010; Clarke et al., 2014; Clarke et al., 2015).

Em síntese as competências que se revelaram mais sensíveis à implementação dos programas foram: as relações interpessoais, o autocontrolo, a autoestima, o rendimento académico, as estratégias de *coping* positivo na resolução de conflitos e o bem-estar emocional. Destaca-se também a diminuição de problemas de externalização (i.e., diminuição da agressividade, de comportamentos desajustados e de hiperatividade) e de internalização (i.e. ansiedade, depressão, isolamento e queixas somáticas).

2) Conhecer a efetividade de programas de intervenção na promoção das competências socioemocionais em crianças do 1º ciclo do ensino básico.

O estudo E<sub>1</sub> relata que o programa *Slowly but steadily* (programa SEL universal), utilizado durante um ano letivo, melhorou parcialmente as competências socioemocionais e o ajuste psicológico das crianças, concluindo que os alunos com classificação média no pré-teste beneficiaram mais, da implementação do programa, que os restantes. Para as crianças com menor classificação seria necessário implementar intervenções a nível individual, tendo em conta as suas características, de forma a potenciar o desenvolvimento das mesmas. Por outro lado, os alunos com competências socioemocionais acima da média no pré-teste, não melhoraram diretamente as suas competências através do programa, mas beneficiaram indiretamente dele, uma vez que convivem com crianças que melhoraram algumas das suas competências socioemocionais o que reduziu alguns dos seus anteriores problemas de externalização.

No artigo E<sub>2</sub>, o impacto do programa BASE é traduzido pelo efeito nas variáveis chave associadas ao bem-estar e aprendizagem socioemocional de crianças, com destaque para a autoestima. Este programa assenta nos vínculos interpessoais de qualidade e o desenvolvimento das competências socioemocionais, integrando fatores de desenvolvimento individual e do contexto, destacando-se os vínculos entre professores e alunos, que favorecem o mencionado desenvolvimento, contribuindo para a construção de comunidades académicas saudáveis. Os autores referem que os resultados obtidos dão ênfase à necessidade de integrar na formação docente, conteúdos relacionados com a aprendizagem socioemocional para os estudantes, como também um treino prático de como implementar dinâmicas interpessoais em sala de aula.

No artigo E<sub>3</sub>, o programa *Zippy's Friends* teve um impacto positivo na melhoria das competências socioemocionais das crianças em estudo, sendo que indicou um aumento nas estratégias de resolução de problemas e uma melhor expressão e reconhecimento de sentimentos e emoções. O estudo revela ainda que este impacto foi imediato a partir do momento em que o programa foi implementado, associando-o ainda a um melhor ajuste psicológico, aumento do bem-estar e diminuição de sintomas de internalização e externalização. Também no estudo de Clarke et al. (2014) a eficácia deste programa é corroborada pelos professores, tanto pelo impacto substancial que o programa teve sobre o seu desenvolvimento pessoal e profissional como pelas melhorias significativas sobre o ambiente e relacionamento interpessoal em contexto escolar e evolução positiva nos níveis de desempenho académico das crianças.

No artigo E<sub>4</sub> o impacto do programa *Atitude Positiva* revelou melhorias nas competências socioemocionais das crianças. Sendo o seu alvo a combinação entre comportamento, emoções e cognição, o objetivo do programa é a chamada "prevenção universal". Por outras palavras, é a prevenção de problemas comportamentais com base no aprimoramento das competências socioemocionais, sendo que os participantes deste programa, integrados no grupo de intervenção, demonstraram ter adquirido vastos ganhos: as competências socioemocionais e os comportamentos pró-sociais aumentaram enquanto que a internalização de problemas decresceu.

O artigo E<sub>5</sub> obteve dados através da implementação do programa *Método Friends*. sugerem eficácia para a promoção de habilidades socioemocionais e internalização, relatando o aumento nas competências socioemocionais dos alunos, bem como a redução de comportamentos de

externalização, comportamentos relacionados a problemas sociais e sintomas de ansiedade e depressão.

Em suma, o impacto dos programas de intervenção nas competências socioemocionais em crianças do 1º ciclo do ensino básico é positivo. Os cinco estudos analisados sugerem que a participação das crianças nas intervenções propostas acarreta resultados benéficos no desenvolvimento das competências socioemocionais, um melhor ajuste psicológico referente à diminuição de problemas de internalização e externalização e um melhor rendimento escolar. Com base no que foi referido, diversos autores confirmam os benefícios dos programas SEL não só no desenvolvimento das competências socioemocionais, mas também no rendimento escolar. Diekstra and Gravesteyn (2008) conduziram um estudo que englobou 76 outros (publicados no período de 1997 a 2007), todos relacionados com programas universais implementados em escolas e que confirmam que os dois resultados reportados com maior frequência foram o aumento das competências socioemocionais e a melhoria dos comportamentos pró-sociais. Os autores referiram ainda que os estudantes que participaram em programas SEL apresentaram atitudes mais cooperativas, uma diminuição de problemas de comportamento, de ansiedade e de isolamento social e uma melhoria significativa no rendimento escolar. Da mesma forma Durlak et al. (2011) referem os benefícios dos programas SEL, categorizando-os em diversos domínios tais como social, emocional e académico. Relatam também uma melhoria global das competências socioemocionais, nas atitudes relativas ao próprio e nos comportamentos sociais, bem como na promoção de uma autoimagem mais positiva.

No decorrer da análise dos resultados apresentados anteriormente constatou-se que existe um conjunto de características individuais da criança (e.g. idade e género) que condicionam o impacto nos programas, tornando-se pertinente evidenciar as diferenças encontradas entre géneros. Neste sentido, nos artigos E<sub>1</sub>, E<sub>2</sub> e E<sub>4</sub>, observaram-se diferenças de género no impacto de programas implementados. No artigo E<sub>1</sub> os rapazes apresentam maior evolução, pois este tipo de intervenção tem maior impacto nos problemas de externalização, o qual é mais evidenciado no género masculino. Em E<sub>2</sub>, os rapazes evidenciaram um aumento na integração social enquanto as raparigas mantiveram o nível. Da mesma forma, no estudo E<sub>4</sub>, os professores encontraram diferenças significativas nas variáveis autoestima e isolamento social, verificando-se um aumento da autoestima nas raparigas e uma melhoria na variável do isolamento social, nos rapazes. Os dados destes artigos vão ao encontro com os dados relatados na literatura relativamente ao impacto de programas de intervenção na promoção das competências socioemocionais, consoante o género, por exemplo no estudo realizado por Milicic, et al. (2013) os efeitos no bem-estar socioemocional e na perceção do clima escolar relacionado aos locais eram significativos para as raparigas, mas não para os rapazes e também as melhorias nos níveis da autoestima relatada só se verificavam para as raparigas.

No entanto, é de referir que vários autores consideram ser necessário realizar estudos adicionais sobre a efetividade, o formato mais adequado e o impacto do género sobre os programas de desenvolvimento socioemocional (Coelho et al., 2016).

## 5 CONCLUSÃO

A promoção da saúde mental das crianças e jovens é considerada uma prioridade das políticas de saúde no mundo em especial na europa, sendo a promoção das competências socioemocionais em meio escolar apontada como uma área privilegiada de intervenção com o melhor rácio custo/benefício. De entre as diversas competências relevantes da aprendizagem socioemocional destacam-se particularmente a autoconsciência, o autocontrolo emocional, a consciência social, as competências de relacionamento interpessoal e a tomada de decisão responsável. O desenvolvimento destas competências vai potenciar comportamentos sociais mais positivos, diminuindo problemas comportamentais e stresse emocional. Esta abordagem promove um melhor ajustamento, sucesso académico e previne a ocorrência de doença mental no adulto. A aquisição de competências para a saúde, na escola, passa pela valorização dos fatores pessoais que favoreçam a saúde, a gestão de emoções, o estabelecimento de relações gratificantes e a compreensão das implicações das suas escolhas pessoais, assim, conclui-se que os programas de

intervenção na promoção de competências socioemocionais em crianças do 1º ciclo do ensino básico demonstraram ser efetivos.

No que concerne à análise dos resultados dos artigos selecionados, pode concluir-se que, de entre as variáveis que se revelaram mais sensíveis à implementação dos programas destacam-se, a autoestima, a cooperação social, a relação entre pares, as estratégias de coping positivo na resolução de problemas, o bem-estar emocional e secundariamente o rendimento escolar. Observou-se também, a diminuição de problemas de externalização e de problemas de internalização. O facto de não terem sido identificados programas implementados por enfermeiros reforça a necessidade de divulgação e debate no seio da profissão, sobre a importância da sua integração na prática clínica, assumindo assim o papel de formador. Esta realidade pode estar a mudar uma vez que a saúde escolar integra o conteúdo funcional das UCC, que são unidades multiprofissionais coordenadas por enfermeiros. Com esta revisão, compreendeu-se a importância na implementação de programas de intervenção, pois é fundamental intervir precocemente a nível da saúde mental de forma a capacitar a criança dotando-a de competências para enfrentar as adversidades ao longo da vida. Neste caso, o papel do enfermeiro é fundamental para a promoção da saúde mental e prevenção de doenças mentais a longo prazo, concretamente no contexto dos Cuidados de Saúde Primários criando/replicando programas baseados em evidência científica que orientem as suas práticas. Consideramos que a implementação destes programas deve incluir toda a comunidade educativa (alunos, professores, pais, restantes profissionais) devendo ser consistentes ao longo do tempo e não atividades isoladas. Os enfermeiros devem ter a capacidade de aliar os vários pilares da saúde, da educação, das autarquias, em suma, da comunidade em geral para uma saúde mental positiva, para um bem comum.

As dificuldades sentidas durante a realização desta RIL estiveram relacionadas com a definição de critérios para a pesquisa, na seleção da evidência científica mais pertinente e atual, a escassez de artigos na área de enfermagem e de estudos realizados na idade pré-escolar. De modo, a ultrapassar estas barreiras foi necessário alterar a população alvo, passando a ser as crianças do 1º ciclo do ensino básico.

## 6 REFERÊNCIAS

- Barry, M., Clarke, A., & Sixsmith, J. (2015). Evaluating the implementation of an emotional wellbeing programme for primary school children using participatory approaches. *Health Education Journal*, 74(5) 578–593. <https://doi.org/10.1177/0017896914553133>
- Canha, L., N. & Neves, S. M. (2008). *Promoção de Competências Pessoais e Sociais: Desenvolvimento de um Modelo Adaptado a Crianças e Jovens com Deficiência*. Instituto Nacional para a Reabilitação.
- Coelho, V. A., Sousa, V., & Figueira, A. P. (2016). The Effectiveness of a Portuguese Elementary School Social and Emotional Learning Program. *Journal of Primary Prevention*, 37(5), 433–447. <https://doi.org/10.1007/s10935-016-0445-4>
- Coordenação Nacional para a Saúde Mental. (2008). *Programa nacional de saúde mental 2007-2016 – Resumo executivo*. Lisboa, Portugal.
- Clarke, A., O'Sullivan, M., & Barry, M. (2010). Context matters in programme implementation. *Health Education*, 110(4), 273-293. doi: 10.1108/09654281011052637
- Clarke, A. M., Bunting, B., & Barry, M. M. (2014). Evaluating the implementation of a school-based emotional well-being programme: a cluster randomized controlled trial of Zippy's Friends for children in disadvantaged primary schools. *Health Education Research*, 29(5), 786–798. doi: 10.1093/her/cyu047
- Clarke, A. M., Sixsmith, J., & Barry, M. M. (2015). Evaluating the implementation of an emotional wellbeing programme for primary school children using participatory approaches. *Health Education Journal*, 74(5), 578–593. <https://doi.org/10.1177/0017896914553133>
- Damásio, A. R. (2011). *O Erro de Descartes: Emoção, razão e o cérebro humano*. Círculo de Leitores.

- Despacho n.º 10143/2009 do Ministério da Saúde. (2009). Diário da República: II série, n.º 74. <https://dre.tretas.org/dre/250224/despacho-10143-2009-de-16-de-abril#text>
- Diken, I. H., Cavkaytar, A., Sema-Batu, E., Bozkurt, F. O., & Kurtyilmaz, Y. (2010). First Step to Success - A School/ Home Intervention Program for Preventing Problem Behaviours in Young Children: Examining the Effectiveness and Social Validity in Turkey. *Emotional and Behavioural Difficulties*, 15(3), 207-221. <https://doi.org/10.1080/13632752.2010.497660>
- Direção-Geral da Saúde (2015). *Programa nacional de saúde escolar*. Lisboa, Portugal.
- Direção Geral de Saúde (2019<sub>a</sub>). *Saúde mental em saúde escolar – Manual para a promoção de competências socioemocionais em meio escolar*. Lisboa, Portugal.
- Direção-Geral da Saúde. (2019<sub>b</sub>). *Manual de boas práticas: Literacia em saúde*. Lisboa, Portugal.
- Durlak, J., Weissberg, R., Dymnicki, A., Taylor, R., & Schellinger, K. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405-432. doi: 10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x
- Hagan, J. F., Shaw, J. S., & Duncan, P. M., eds. (2017). *Bright futures: Guidelines for Health Supervision of Infants, Children, and Adolescents*. 4<sup>th</sup> ed. American Academy of Pediatrics.
- Last, J. M. (1995). *Um dicionário de epidemiologia*. (2ªed.). Departamento de Estudos e Planeamento da Saúde.
- Loureiro, C. (2013). Treino de Competências Sociais – Uma estratégia em Saúde Mental: Técnicas e Procedimentos para a Intervenção. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, (9), 41-47.
- Lobiondo-Wood, G., & Haber, J. (2017). *Nursing Research: Methods and Critical Appraisal for Evidence-Based Practice*. (9ª ed.) Mosby Elsevier.
- Merchán, I., Bermejo, M., & Gonzalez. (2014). Eficacia de un Programa de Educación Emocional en Educación Primaria. *Revista de estudios e investigación en psicología y educación*, 1(1), 91-99.
- Milicic, N, Alcalay, L., Berger, C., & Álamos, P. (2013). Aprendizaje socioemocional en estudiantes de quinto y sexto grado: presentación y evaluación de impacto del programa BASE. *Revista Ensaio: Avaliação e Políticas Públicas em Educação*, 21(81), 645-666.
- National Association of School Nurses [NASN]. (2016). Framework for 21st century school nursing practice: National Association of School Nurses. *NASN School Nurse*, 31(1), 45-53. doi: 10.1177/1942602X15618644
- Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico (2015). Competências para o progresso social: O poder das competências socioemocionais, Fundación Santillana, Madrid, <https://doi.org/10.1787/9789264249837-pt>.
- Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico & World Health Organization (2021). *Estado da saúde na EU, Portugal - Perfil de saúde do país 2021*. [https://www.oecd-ilibrary.org/social-issues-migration-health/portugal-perfil-de-saude-do-pais-2021\\_766c3111-pt](https://www.oecd-ilibrary.org/social-issues-migration-health/portugal-perfil-de-saude-do-pais-2021_766c3111-pt)
- Pavoski, G., Toni. C., Batista, A., & Ignachewski, C. (2018). Prevenção universal e promoção de saúde em grupo de crianças a partir do Método Friends. *Psico*. 49(2), 148-158. <https://doi.org/10.15448/1980-8623.2018.2.26501>
- Pinto, H., Carvalho, A. R., & Sá, E. N. (2014). Os estilos educativos parentais e a regulação emocional: Estratégias de regulação e elaboração emocional das crianças em idade escolar. *Análise Psicológica*, 32(4), 387-400. <https://doi.org/10.14417/ap.844>
- Raimundo, R., & Marques-Pinto, A. (2012). The effects if a social–emotional learning program on elementary school children: the role of pupils characteristics. *Psychology in the Schools*, 50(2), 165-180. doi: 10.1002/pits.21667
- Rundall, T. G. (1992). *Health planning and evaluation*. In J. M. Last & R. B. Wallace, (Orgs.), Public health and preventive medicine (pp.1079-1094). Appleton & Lange.

- Sklad, M., Diekstra, R., Ritter, M. D., Ben, J., & Gravestijn, C. (2012). Effectiveness of school-based universal social, emotional, and behavioral programs: Do they enhance students' development in the area of skill, behavior, and adjustment?. *Psychology in the Schools*, 49(9), 892-909.
- Silva, M. (2009). *Comportamentos de autonomia nos anos pré-escolares na transição para a escolaridade obrigatória* [Dissertação de Mestrado, Universidade de Lisboa]. Repositório UL. [https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/2143/1/22269\\_ulfp034848\\_tm.pdf](https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/2143/1/22269_ulfp034848_tm.pdf)
- World Health Organization. (2011). *Impact of economic crises on mental health*. [https://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0008/134999/e94837.pdf](https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0008/134999/e94837.pdf)
- World Health Organization (2022). *World mental health report: transforming mental health for all*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338>