



# SENSO DE COERÊNCIA (SOC) COMO ESTRATÉGIA PARA REDUÇÃO DA EVASÃO ACADÊMICA EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

*Damiana Maria Ferdinandi-Coelho<sup>1</sup>, Carla Eliza Machado<sup>2</sup>, Mirian Ueda Yamaguchi<sup>3</sup>, Rute Grossi-Milani<sup>4</sup>*

<sup>1</sup>Biomédica, Mestranda no Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. damianaferdinandi@hotmail.com

<sup>2</sup>Psicóloga, Mestranda no Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde. Bolsista CAPES. Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. carla\_eliza@hotmail.com

<sup>3</sup>Coorientadora, Pesquisadora do Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação - ICETI. Membro do Comitê Assessor de Área (CAA-Ciências da Saúde) da Fundação Araucária de Apoio ao Desenvolvimento Científico e Tecnológico do Estado do Paraná., Universidade Cesumar - UNICESUMAR. mirianueda@gmail.com

<sup>4</sup>Orientadora, Doutora em Ciências Médicas pela Universidade de São Paulo (USP); Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde, Universidade Cesumar (UniCesumar), Bolsista Produtividade da Fundação Araucária (FA) e do Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação (ICETI). rute.milani@unicesumar.edu.br

## RESUMO

A evasão acadêmica constitui um problema relevante no ensino superior, resultando em impactos sociais, acadêmicos e econômicos significativos. Esta revisão narrativa teve como objetivo investigar o estresse, a depressão e a ansiedade como fatores associados à evasão acadêmica, além de discutir como o senso de coerência (SOC) pode contribuir para a promoção da saúde mental de estudantes universitários e prevenir a evasão. Foram realizadas buscas nas bases SciELO, PubMed, BVS e LILACS em julho de 2025, utilizando descritores em português e inglês relacionados a evasão, saúde mental e SOC, selecionando artigos originais, revisões e dissertações publicadas entre 2020 e 2025. Os resultados demonstraram que sintomas de depressão, ansiedade e estresse estão associados ao aumento da intenção de evasão, especialmente em cursos da área da saúde. Estudos apontaram que estudantes com SOC elevado apresentam maior capacidade de enfrentamento de adversidades, menor prevalência de sofrimento psicoemocional e estilos de vida mais saudáveis. Além disso, programas institucionais que promovam o SOC, o engajamento acadêmico e recursos de enfrentamento mostraram-se eficazes na redução do estresse percebido e na prevenção do abandono. Conclui-se que o fortalecimento do senso de coerência configura-se como estratégia promissora para a promoção da saúde mental e a redução da evasão, sendo recomendada sua integração em ações educativas e políticas institucionais de promoção da saúde no ensino superior.

**PALAVRAS-CHAVE:** Ansiedade; Estresse; Depressão; Salutogênese.

## 1 INTRODUÇÃO

A intenção de evasão refere-se à percepção do estudante sobre suas chances de não obter sucesso acadêmico, envolvendo pensamentos sobre mudar de curso ou abandonar a graduação, funcionando como um indicativo precoce de possível desistência (Palomino; Ortega, 2023; Sinval *et al.*, 2025). Estudos apontam que a desistência estudantil constitui um dos maiores desafios enfrentados pelas instituições de ensino superior (Leow *et al.*, 2023), gerando impactos significativos nos âmbitos social, acadêmico e econômico devido à não conclusão dos cursos (Santos; Pereira; Pilatti, 2024).

No Brasil, dados do Censo da Educação Superior apontam que, entre 2012 e 2021, 59% dos estudantes abandonaram seus cursos, enquanto, em 2021, as taxas de evasão em cursos presenciais e a distância foram de 20,7% e 27,1%, respectivamente (Brasil, 2023, apud Ribeiro *et al.*, 2025). Em comparação, na Austrália, cerca de 16% dos estudantes universitários deixam seus cursos a cada ano. No Reino Unido, a taxa de evasão é de aproximadamente 14%, embora exista grande variação entre as instituições, que pode oscilar entre 2,5% e 52%. Nos Estados Unidos, estima-se que 36% dos universitários abandonem a faculdade antes de concluir a graduação (Leow *et al.*, 2024)

A evasão acadêmica é um fenômeno multifatorial, envolvendo aspectos socioeconômicos, institucionais e emocionais (Santos; Pereira; Pilatti, 2024). Entre esses fatores, destacam-se os problemas de saúde mental, as dificuldades de integração social



e questões relacionadas ao ambiente universitário, que podem atuar como determinantes para o abandono acadêmico (Sinval *et al.*, 2025).

A vida universitária, de modo geral, é marcada por diversas fontes de estresse, como sobrecarga de disciplinas, pressões de colegas e professores, questões emocionais e familiares, preocupações financeiras e incertezas quanto ao futuro profissional, além da falta de tempo para lazer e autocuidado, principalmente os cursos da área da saúde, devido ao fato de poussuírem demandas difíceis e exaustivas (Sinval *et al.* 2025, Silva; Vettore, 2023). Esse conjunto de estressores pode prejudicar o desempenho acadêmico e o bem-estar do estudante, reduzindo sua capacidade de atenção, concentração e enfrentamento das demandas diárias (Câmara; Carloto, 2024; Sinval *et al.*, 2025).

Quando expostos a essas dificuldades, muitos estudantes sentem-se exaustos, desmotivados ou percebem que seus esforços não trazem resultados, aumentando a probabilidade de considerarem a evasão como alternativa (Sinval *et al.*, 2025). Nesse contexto, percebe-se que a evasão pode afetar estudantes de diferentes realidades socioeconômicas, culturais e modalidades de ensino. Por isso, é fundamental compreendê-la em sua totalidade para desenvolver estratégias de retenção que favoreçam a permanência e o sucesso acadêmico dos alunos (Silva *et al.*, 2022).

Nesse sentido, a Teoria da Salutogênese de Antonovsky destaca o Senso de Coerência (SOC) como um recurso central para o enfrentamento de situações estressantes (Antonovsky, 1979). O SOC é composto por três dimensões: cognitiva (compreensão), comportamental (gestão) e motivacional (significado) (Lindström; Eriksson, 2005). Um senso de coerência elevado fortalece a motivação, o propósito e a forma como as pessoas interpretam o mundo, resultando na redução dos níveis de estresse e ansiedade, além de favorecer a promoção da saúde, o aumento da resiliência, a melhora da qualidade de vida e do bem-estar físico e mental (Braga *et al.*, 2023; Eriksson; Lindström, 2006).

Portanto, fortalecer o senso de coerência em estudantes universitários pode representar uma estratégia promissora para a redução do estresse, ansiedade e depressão, impactando positivamente na diminuição da evasão acadêmica. Assim, esta revisão narrativa teve como objetivo investigar que o estresse depressão e ansiedade podem ser um fator para a evasão acadêmica, e como que o senso de coerência pode contribuir para a melhora da saúde mental de estudantes universitários, discutindo suas possíveis aplicações no contexto acadêmico como forma de promover saúde e prevenir a evasão.

## 2 MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, elaborada por meio de buscas em artigos científicos que abordam o senso de coerência, a saúde mental e a evasão acadêmica em estudantes universitários. As buscas foram realizadas nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), PubMed, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) no mês de julho de 2025.

Os descritores utilizados corresponderam aos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e no Medical Subject Headings (MESH), os quais foram: students dropouts, stress, anxiety, depression, students, sense of coherence, em português foram: abandono escolar, estresse, depressão, ansiedade, estudantes, senso de coerência. Os critérios de inclusão adotados foram: artigos originais, revisões de literatura, dissertações ou teses que abordassem os temas disponíveis em texto completo, e publicados no período estabelecido dos últimos cinco anos (2020 a 2025). Foram excluídos artigos indisponíveis em sua íntegra e aqueles que não abordavam diretamente os objetivos desta revisão.

A análise dos artigos selecionados seguiu as etapas de leitura exploratória, seletiva, analítica e interpretativa, buscando identificar, organizar e discutir as principais evidências



sobre a relação entre senso de coerência, saúde mental e evasão acadêmica no ensino superior.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os estudos analisados nesta revisão narrativa confirmam que sintomas de depressão, ansiedade e estresse estão significativamente associados à evasão acadêmica entre estudantes universitários. Leow et al. (2024) demonstraram em meta-análise que depressão e estresse aumentam expressivamente o risco de não continuação no ensino superior. De forma semelhante, Peng et al. (2024) identificaram que sintomas depressivos, burnout, arrependimento pela escolha do curso e experiências de violência acadêmica foram preditores significativos de intenção de evasão entre estudantes de Medicina na China, sugerindo que problemas emocionais e estruturais podem influenciar diretamente a evasão. No contexto português, Alves et al. (2022) observaram que o burnout acadêmico está associado à maior intenção de evasão, enquanto o engajamento acadêmico atua como fator protetivo, reduzindo o impacto do estresse e do esgotamento sobre a decisão de desistir.

Sinval et al. (2024) corroboraram estes achados ao identificarem que maiores níveis de depressão, ansiedade e estresse estão relacionados a menor engajamento acadêmico e maior intenção de evasão, sendo o engajamento um importante preditor positivo do desempenho acadêmico e da retenção estudantil. Buhari et al. (2024) destacaram a eficácia de intervenções multidimensionais que promovam resiliência, manejo do estresse e suporte psicológico como estratégias essenciais para melhorar a saúde mental e prevenir a evasão, principalmente em cursos da área da saúde, onde há maior prevalência de sintomas depressivos e ansiosos devido às elevadas demandas acadêmicas (Riberio et al., 2025). Esses resultados reforçam que estratégias institucionais que fortaleçam o senso de coerência, engajamento acadêmico e recursos de enfrentamento podem contribuir para a promoção da saúde mental e redução das taxas de abandono no ensino superior.

### 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os achados desta revisão reforçam que sintomas de estresse, ansiedade e depressão constituem fatores significativos para a evasão acadêmica, principalmente em cursos da área da saúde, caracterizados por alta carga de demandas, competitividade e intensa pressão emocional (Silva; Vettore, 2023). O senso de coerência, como descrito no modelo salutogênico de Antonovsky, representa um recurso central para promover saúde e bem-estar, permitindo que o estudante perceba os desafios acadêmicos como compreensíveis, gerenciáveis e significativos (Antonovsky, 1979; Chu et al., 2016; Ferdinandi-Coelho; Yamaguchi; Grossi-Milani, 2025).

Evidências apontam que estudantes com alto senso de coerência adotam estilos de vida mais saudáveis e apresentam menor prevalência de sofrimento psicoemocional (Braga et al., 2023; Escobar-Castellanos et al., 2019). Além disso, programas que favoreçam o desenvolvimento do senso de coerência demonstram potencial para reduzir estressores percebidos, melhorar o enfrentamento de adversidades e diminuir a intenção de abandono acadêmico (Silva, 2020). Assim, considera-se que estratégias institucionais que fortaleçam o senso de coerência dos estudantes, por meio de ações educativas, promoção de habilidades de vida e suporte psicossocial, podem contribuir para a prevenção da evasão e a promoção da saúde mental no contexto universitário.



## REFERÊNCIAS

ALVES, S. A.; SINVAL, J.; NETO, L.L.; MARÔCO, J.; FERREIRA, A.G.; OLIVEIRA, P. Burnout and dropout intention in medical students: the protective role of academic engagement. **BMC Medical Education**, v. 22, n. 83, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12909-021-03094-9>. Acesso em: 03 jul. 2025.

ANTONOVSKY, Aaron. **Health, Stress and Coping**. Estados Unidos: Jossey-Bass Publishers, 1979.

BRAGA, J.P.C.; WOLFGRAM, E.; SOUZA, J.P.B.; SILVA, L.G.F.; ESTAVIEN, Y.; ALMEIDA, R.; PESTANA, C.R.. Lifestyle and Sense of Coherence: A comparative analysis among university students in different areas of knowledge. **Plos One**, v. 18, n. 9, p. 1–16, 2023. Disponível em: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0288624>. Acesso em: 03 jul. 2025.

BUHARI, O.I.N.; OLALUSI, K.; ALATISHE-MUHAMMAD, B.W.; AJOKPANIOVO, M.; OGUNMODEDE, A.J.; BOLARINWA, A.O.. The urgent need for a multi-dimensional campus mental health intervention in Nigerian universities: the case of Unilorin Tim-Healthcare Programme. **Nigerian Medical Journal**, v. 65, n. 5, p. 807-810, set./out. 2024. DOI: <https://doi.org/10.60787/nmj-v65i3.538>. Acesso em: 3 Jul. 2025.

CÂMARA, S.G.; CARLOTTO, M.S.. Estressores acadêmicos como preditores da síndrome de burnout em estudantes. **Revista Brasileira de Educação**, v. 29, p. 1–15, 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbedu/a/d9pY8jsZJW4QyPFVLGXJcJd/>. Acesso em: 04 Jul. 2025.

CHU, J. J.; KHAN, M. H.; JAHN, H. J.; KRAEMER, A. Sense of coherence and associated factors among university students in China: Cross-sectional evidence. **BMC Public Health**, v. 16, n. 1, p. 1–11, 2016. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27083414/>. Acesso em: 11 Jul. 2025.

ESCOBAR-CASTELLANOS, B.; HENRÍQUEZ, P.C.; CANAL, D.J.; CARRILLO, K.S. Estilo de vida promotor de salud y sentido de coherencia en adultos jóvenes universitarios. **Hacia la Promoción de la Salud**, v. 24, n. 2, p. 107-122, 2019. Disponível em: <https://revistasojs.ucaldas.edu.co/index.php/hacialapromociondelasalud/article/view/2819>. Acesso em: 10 de jul. 2025.

ERIKSSON, M.; LINDSTRÖM, B. Antonovsky's sense of coherence scale and the relation with health: A systematic review. **Journal of Epidemiology and Community Health**, v. 60, n. 5, p. 376–381, 2006. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16614325/>. Acesso em: 04 Jul. 2025.

FERDINANDI-COELHO, D.M.; YAMAGUCHI, M.U.; GROSSI-MILANI, R. Senso de coerência e estilo de vida em estudantes universitários: Revisão integrativa. **Psicologia e Saúde em Debate**, v. 11, n. 1, p. 1287–1300, 2025. DOI: <https://doi.org/10.22289/2446-922X.V11A1A73>. Acesso em: 04 Jul. 2025.

LEOW, T.; LI, W. W.; MILLER, D. J.; McDERMOTT, B. Prevalence of university non-continuation and mental health conditions, and effect of mental health conditions on non-



continuation: a systematic review and meta-analysis. **Journal of Mental Health**, v. 34, n. 2, p. 222-237, 2025. DOI: <https://doi.org/10.1080/09638237.2024.2332812>. Acesso em: 03 Jul. 2025.

LINDSTRÖM, B.; ERIKSSON, M. Salutogenesis. **Journal of Epidemiology and Community Health**, v. 59, n. 6, p. 440–442, 2005. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15911636/>. Acesso em: 05 Jul. 2025.

PALOMINO, J. C. V.; ORTEGA, A. M. Dropout intentions in higher education: systematic literature review. **Journal on Efficiency and Responsibility in Education and Science**, v. 16, n. 2, p. 149-158, jun. 2023. DOI: <https://doi.org/10.7160/eriesj.2023.160206>. Acesso em: 03 Jul. 2025.

PENG, P.; LIU, L.; WU, Q.; TANG, Y. Y.; TANG, J.; LIU, T.; LIAO, Y.. Establishment and validation of a nomogram for dropout intention in Chinese early year medical undergraduates. **BMC Medical Education**, v. 24, n. 868, 2024. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12909-024-05835-y>. Acesso em: 05 Jul. 2025.

RIBEIRO, A. A. A.; FERNANDES, M. A. ; VEDANA, K. G. G.; LIRA, J. A.C.; BARBOSA, N. S.; ROCHA, E. P.; CUNHA, K. R.F. Mental health and university dropout among nursing students: a cross sectional study. **Nurse Education Today**, v. 147, p. 106571, abr. 2025. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2025.106571>. Acesso em 04 Jul. 2025.

SANTOS, C. A.; PEREIRA, G. Q.; PILATTI, L. A. **Análise do panorama atual da evasão e retenção nos cursos superiores brasileiros: uma revisão sistemática de literatura**. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE ENGENHARIA DE PRODUÇÃO – CONBREPPO, 14.; CONGRESSO INTERNACIONAL DE GESTÃO E ENGENHARIA LUSO-BRASILEIRO – CIGELUBRA, 1., 2024, online. Energias Limpas nas Engenharias. Anais [...]. Maringá: UTFPR, 2024. Disponível em: [https://aprepro.org.br/conbrepro/anais/2024/arquivos/10272024\\_181003\\_671ead5754b2d.pdf](https://aprepro.org.br/conbrepro/anais/2024/arquivos/10272024_181003_671ead5754b2d.pdf). Acesso em: 04 Jul. 2025.

SILVA, A. N; VETTORE, M. V. Associations of academic environment, lifestyle, sense of coherence and social support with self-reported mental health status among dental students at a university in Brazil: a cross-sectional study. **BMJ Open**, v. 13, n. 12, p. 1-8, 2023. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10748999/>. Acesso em: 05 Jul. 2025.

SILVA, Camila Cortelette Pereira. **Promoção da saúde mental do jovem na vida acadêmica e recursos salutogênicos**. 2020. 126 f. Dissertação (Mestrado em Promoção da Saúde), Universidade Cesumar, Maringá, 2020. Disponível em: <https://rdu.unicesumar.edu.br/handle/123456789/8963>. Acesso em: 10 Jul. 2025.

SILVA, D. B; FERRE, A. A. O.; GUIMARÃES, P. S; LIMA, R.; ESPINDOLA, I. B. Evasão no ensino superior público do Brasil: estudo de caso da Universidade de São Paulo. **Avaliação**, v. 27, n. 2, p. 248-259, jul. 2022. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S1414-40772022000200003>. Acesso em: 04 Jul. 2025.

SINVAL, J.; OLIVEIRA, P.; NOVAIS, F.; ALMEIDA, C. M.; TELLES-CORREIA, D. Exploring the impact of depression, anxiety, stress, academic engagement, and dropout intention on medical students' academic performance: a prospective study. **Journal of**



**Affective Disorders**, v. 368, p. 665-673, 2025. DOI:  
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.09.116>. Acesso em: 03 Jul. 2025.