



PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE GOIÁS
ESCOLA DE CIÊNCIAS SOCIAIS E DA SAÚDE DEPARTAMENTO
DE PSICOLOGIA

**SENTIDO DE VIDA NA ADOLESCÊNCIA: UMA REVISÃO NARRATIVA DA
LITERATURA**

Luana Arcanjo de Campos Costa

Orientadora: Prof^ª. Me. Ana Elisa Valcacer-Coelho.

Goiânia, junho de 2025



PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE GOIÁS
ESCOLA DE CIÊNCIAS SOCIAIS E DA SAÚDE
CURSO DE PSICOLOGIA

**SENTIDO DE VIDA NA ADOLESCÊNCIA: UMA REVISÃO NARRATIVA DA
LITERATURA**

Luana Arcanjo de Campos Costa

Trabalho de Conclusão Curso do
Bacharelado em Psicologia da
Pontifícia Universidade Católica de
Goiás.

Orientadora: Prof^a. Me. Ana Elisa
Valcacer-Coelho

Ficha de Avaliação

Costa, L. A. C. (2025). **Sentido de Vida na adolescência: uma revisão narrativa de literatura.**

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) não publicado. Pontifícia Universidade Católica de Goiás. 27 p.

Este TCC foi avaliado pela banca

Prof^ª. Me. Ana Elisa Valcacer-Coelho
(Presidente)
Pontifícia Universidade Católica de Goiás

Prof. Dr. Daniela Sacramento Zanini
((Membro Interno)
Pontifícia Universidade Católica de Goiás

Prof. Me. Flávio da Silva Borges
(Membro Interno)
Pontifícia Universidade Católica de Goiás
Agradecimentos

Agradeço, primeiramente, a minha família que me acompanhou durante todo o meu caminho até aqui. Eles fizeram o possível e além para que eu pudesse estar onde estou hoje, não há palavras capazes de definir a minha gratidão por seguir este caminho apoiada por seus braços. Por sempre acreditarem em mim, eu sou grata.

As minhas amigas que caminharam ao meu lado durante cinco duros, mas felizes, anos deixo também a minha gratidão. Vocês foram aqueles que me fizeram enxergar a felicidade nas pequenas coisas, me trouxeram momentos oceânicos em dias de desespero, independentemente de estarem na mesma cidade ou em cantos completamente distantes do mundo. Por nunca me deixarem desistir, eu sou grata.

As minhas orientadoras e, em breve, colegas de pesquisa Daniela Zanini e Iorhana Fernandes, foram vocês que despertaram uma paixão que sequer imaginava existir, ter meus passos guiados por vocês é uma honra imensa. Vocês abriram os horizontes para mim e eu nunca vou ser capaz de agradecer completamente por como me mudaram. Por me mostrarem outros caminhos, eu sou grata.

Ao BTS “obrigada por me deixar ser eu mesma, por me deixar voar, por me dar asas”, ao ASTRO e especialmente ao Moonbin que disse “desafios são parte da vida, eles podem ser difíceis no começo, mas lembre-se que são uma oportunidade para crescer”, eu não teria chegado tão longe sem a *playlist* durante minha escrita. Deixo, por fim, palavras do Billie que me motivaram:

너무 잘하고 있어 그대로 꼭해! (Você está indo bem, continue fazendo isso!)

– Kim Suhyeon

그냥 우선은 행복하자 (Seja feliz antes de tudo)

– Kim Haram

RESUMO

Esta revisão narrativa analisou estudos recentes (2020–2025) sobre o Sentido de Vida (SV) em adolescentes, com foco nos instrumentos de avaliação, correlações com saúde mental e lacunas na literatura. Foram incluídos cinco artigos, majoritariamente latinoamericanos, identificados na base de dados CAPES. Os resultados indicam que: (1) o SV é predominantemente avaliado por escalas multidimensionais, mas falta consenso sobre sua operacionalização para adolescentes; (2) há correlações consistentes entre SV alto e menores índices de depressão, ansiedade e consumo de álcool, além de maior bem-estar psicológico; (3) fatores contextuais como nível socioeconômico e idade podem moderar essa relação. Conclui-se que, embora o SV seja um fator protetivo promissor, a escassez de instrumentos válidos para adolescentes e a concentração de estudos em faixas etárias mais velhas limitam a generalização dos achados. Recomendase o desenvolvimento de pesquisas transculturais e intervenções baseadas em evidências para esta população.

Palavras-chave: sentido de vida, adolescência, revisão de literatura.

ABSTRACT

This narrative review analyzed recent studies (2020–2025) on meaning in life in adolescents, focusing on assessment instruments, correlations with mental health, and gaps in the literature. Five articles were included, mostly from Latin America, identified in the CAPES database. The results indicate that: (1) meaning in life is predominantly assessed through multidimensional scales, but there is a lack of consensus on its operationalization for adolescents; (2) there are consistent correlations between high meaning in life and lower rates of depression, anxiety, and alcohol consumption, in addition to greater psychological well-being; (3) contextual factors such as socioeconomic status and age may moderate this relationship. It is concluded that, although meaning in life is a promising protective factor, the scarcity of valid instruments for adolescents and the concentration of studies in older age groups limit the generalization of the findings. It is recommended to develop cross-cultural research and evidence-based interventions for this population. Key-words: Meaning in life, adolescence, narrative review

Sumário

<u>Introdução</u>	1
<u>Metodologia</u>	4
<u>Revisão de Literatura</u>	6
<u>Discussão</u>	11
<u>Considerações Finais</u>	14
<u>Referências bibliográficas</u>	15

A adolescência se caracteriza como transição no desenvolvimento entre a infância e a vida adulta que impõe grandes mudanças físicas, cognitivas e psicossociais (Papalia, 2021) destacando esse construto como construção social associada a puberdade, mas não limitando-se a ela. Usa-se, também, para fins de pesquisa a delimitação do Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA, 1990) como o período entre 12 e 18 anos.

Nessa fase, os adolescentes começam a assumir responsabilidades para a vida adulta, mas ainda não há plena independência, resultando em conflitos familiares que são mais presentes nessa fase do que nas outras, assim como depressão, ansiedade e comportamentos de risco (Papalia, 2021). Sendo assim, destaca-se o papel dos fatores de proteção, principalmente o Sentido de Vida (SV), que reduz a ocorrência de comportamentos de risco (Papalia, 2021) assim como a presença de depressão e ansiedade (Osorio et al, 2022).

Além disso, conforme Erikson (1968/1976) a adolescência é a fase em que se dá a busca pela identidade, principalmente por meio da experimentação de papéis, sendo assim o adolescente está mais propenso a comportamentos impulsivos que em outras fases. A adolescência configura-se como período-chave para esta investigação, não apenas pelas transformações biopsicossociais que a caracterizam (Papalia, 2021), mas também por seu potencial para o desenvolvimento positivo quando adequadamente estimulado (Rezende Franco & Rodrigues, 2014).

Esta fase, apresenta singular vulnerabilidade a transtornos mentais, evidenciada pelo alarmante índice de suicídios nessa faixa etária (Ministério da Saúde, 2024), mas simultaneamente oferece janela de oportunidade única para intervenções promotoras de SV. Como destacam Rezende Franco e Rodrigues (2014), programas focados em fatores protetivos na adolescência podem catalisar trajetórias de amadurecimento mais saudáveis, sendo o SV um desses elementos cruciais.

A busca pela definição de sentido de vida inicia-se na Análise Existencial de Viktor E. Frankl (1905-1997), hoje chamada de Logoterapia. Nesta ótica, o significado da vida é explorado a partir das vivências únicas de cada pessoa (Frankl, 2012/1946), podendo ser identificado, principalmente, em três experiências específicas, delineadas por Vieira e Dias (2021) da seguinte maneira: (1) Valores de criação: descobrir um trabalho ou uma atividade que tenha um impacto significativo no mundo; (2) Valores de experiência: vivenciar algo que proporcione autotranscendência (por exemplo: bondade, compaixão, amor, etc.); (3) Valores de atitude: escolher como responder ao sofrimento inevitável e, se necessário, ajustar aspectos pessoais para enfrentar o momento.

O SV ainda se correlaciona com outras variáveis, como afeto positivo, afeto negativo e felicidade (Vieira & Dias, 2021; Osório et al., 2022) fortemente relacionadas com o bem-estar, as experiências cotidianas e os objetivos futuros (Damásio, 2013; Vieira

& Dias, 2021). Além disso, o SV é uma característica determinante da saúde mental e a sua perda pode estar associada ao abuso de drogas, depressão e suicídio (Barros et al. 2021), considerando que segundo o Ministério da Saúde (2024), lesões autoprovocadas voluntariamente foram a terceira maior causa de morte entre adolescentes (15 a 19 anos), se faz de suma importância a compreensão deste fator de proteção.

Ao longo do tempo, o SV ganhou mais definições na busca de sua estruturação, atualmente o único instrumento validado para o contexto brasileiro é o “Questionário de Sentido de Vida” (Damásio, 2013) que define SV como sendo um construto multifatorial condensado em: O grau que as pessoas compreendem e percebem significância em suas vidas, bem como o grau que elas percebem um propósito ou objetivo de vida (Steger, 2009 citado em Damásio, 2013); a percepção de significância, baseada numa avaliação pessoal de que a própria vida é coerente, significativa e dirigida a objetivos (Damásio, 2013).

Embora o SV seja um construto com definições diversas (Damásio, 2013; Vieira & Dias, 2021), há consenso sobre sua natureza multidimensional e dinâmica, especialmente na adolescência, estes modelos possibilitam avaliar SV enquanto um estado passível de mudança ao longo do tempo (Vieira & Dias, 2021).

Estudos de validação da Escala Multifatorial de Sentido de Vida (Vieira & Dias, 2021) também estão em desenvolvimento, ela define que SV é formado na medida em que a vida do indivíduo é experimentada como fazendo sentido, sendo direcionada e motivada por objetivos válidos, e como relevantes para o mundo (Vieira & Dias, 2021) e engloba três dimensões principais: (1) Compreensão: Essa dimensão refere-se à percepção de que a vida é coerente, compreensível e faz sentido. Ela envolve a capacidade de ligar eventos passados e presentes para formar uma narrativa de vida contínua e lógica; (2) Propósito: Refere-se à direção de vida e aos objetivos que guiam as ações do indivíduo. Ele está relacionado à capacidade de definir metas de curto, médio e longo prazo e de

articular comportamentos para alcançá-las; (3) Valorização: Refere-se à percepção de que a vida tem valor e que o indivíduo é importante dentro de um contexto maior. Essa dimensão é fortemente ligada ao senso de transcendência, ou seja, a ideia de que as ações e a existência de uma pessoa têm impacto em algo maior do que ela mesma, como na comunidade, cultura ou sociedade.

Não obstante, compreender o SV pode ser uma estratégia adequada para o delineamento de intervenções mais precisas, eficazes e eficientes para esta população (Barros et al, 2021; Gonçalves et al, 2021). É destacado, também, por Vieira e Dias (2021) a necessidade de estudos que envolvam programas de intervenção e protocolos voltados à construção de SV, hoje inexistentes no cenário brasileiro.

Portanto, esta pesquisa se propõe a responder como o sentido de vida tem sido abordado na literatura científica sobre adolescentes, a partir de uma revisão de literatura. A justificativa deste trabalho baseia-se na necessidade de explorar o conceito de sentido de vida na adolescência, com o intuito de contribuir para o preenchimento de lacunas teóricas existentes na literatura. Destaca-se, por exemplo, que o Questionário de Sentido de Vida, principal instrumento utilizado no Brasil, foi desenvolvido e validado com amostras compostas exclusivamente por adultos, com idade acima dos 18 anos (Damásio, 2013; Steger, 2006), o que limita sua aplicação direta na população adolescente.

Esta pesquisa tem como objetivo revisar estudos sobre o sentido de vida na adolescência, com foco nos instrumentos utilizados para sua avaliação e nas implicações para o desenvolvimento e a saúde mental. Para isso, propõe-se como objetivos específicos: (1) mapear os instrumentos utilizados para avaliar o sentido de vida em adolescentes e discutir sua adequação para essa faixa etária; (2) analisar evidências empíricas sobre a presença e a busca de sentido de vida em adolescentes, considerando

aspectos culturais e contextuais; e (3) investigar a relação entre sentido de vida e variáveis protetivas ou de risco.

Metodologia

Esse trabalho foi desenvolvido a partir uma revisão narrativa da literatura compreendida como um estudo apropriado para descrever e discutir o estado da arte de uma dada temática, estabelecendo entendimentos teóricos e contextuais (Brito, 2024). Além disso, uma revisão de literatura busca levantar referências teóricas publicadas com o propósito de reunir informações ou conhecimentos prévios sobre o problema em questão, conforme apontado por Fonseca (2002).

Foi realizado o levantamento de artigos científicos na base de dados do Portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), que é um dos maiores acervos científicos virtuais do Brasil, reunindo conteúdo produzido no contexto nacional e internacional. Foi escolhido o termo *adolesc** a partir do portal de Descritores em Saúde (DeCS). As palavras-chave “sentido de vida” e “propósito de vida”, apesar de não encontradas no DeCs, foram escolhidas por se tratar dos termos centrais e que, por vezes, são utilizados como intercambiáveis para se tratar de sentido de vida na literatura.

Para tanto, foi utilizada a *string* (“sentido de vida” OR propósito AND *adolesc**) em português e a *string* (“meaning in life” OR purpose AND *adolesc**) em inglês que incluem os descritores booleanos AND e OR. As *strings* de busca foram escolhidas a partir de um processo de definição, teste e adaptação com base no estudo preliminar de artigos conforme sugerido por Conforto, Amaral & Silva (2011).

Foram incluídos artigos em português, inglês e espanhol, que foram revisados por pares, que utilizaram pelo menos um instrumento ou pergunta de sentido de vida, e que

em sua amostra contemplaram adolescentes entre 12 e 18 anos como proposto pelo ECA (1990) como o período da adolescência, publicados nos últimos cinco anos (2020 a 2025). Foram excluídos os artigos em que o texto integral não pôde ser acessado, ou que estejam escritos em línguas diferentes daquelas inicialmente propostas.

Inicialmente foram encontrados 7 artigos com sentido de vida e 3 artigos com propósito de vida enquanto com a string em inglês foram encontrados 3.100 resultados, sendo assim material em inglês foi excluído pela limitação de tempo para o desenvolvimento deste trabalho. Os artigos foram incluídos com base na leitura do título, resumo e palavras-chave, sendo mantidos ao total 3 artigos que atendiam aos critérios deste estudo. Após esta primeira etapa os artigos foram lidos integralmente e excluídos aqueles que não contemplaram os critérios de inclusão. Além disso, foram acrescentados dois artigos que, apesar de não contemplarem critérios de inclusão, abordaram os objetivos específicos deste estudo. Ainda na fase inicial, foi construída uma planilha de organização e análise dos dados contendo título dos artigos, ano de publicação, local da pesquisa, instrumentos utilizados e principais resultados que serão apresentados na revisão de literatura.

Revisão de Literatura

A partir do levantamento bibliográfico, observou-se que o Sentido de Vida (SV) apresenta diversas definições desde um processo de percepção emocional e cognitiva de valores que levam a determinadas ações (Castaño, Ortiz, Avendaño-Prieto & Hernández-Pozo, 2022) a um sistema de objetivos que justificam a existência do indivíduo (Pérez-Corona, 2022) sendo que as definições se convergem em considerar o senso de coerência das próprias escolhas voltado para o futuro (Castaño et al., 2022; Pérez-Corona et al, 2022). Vale destacar que também partem da Logoterapia, sendo que o propósito de vida

para os mais jovens alinha-se aos pressupostos de Frankl (1993), de que o sentido na vida não é algo geral e abstrato, mas sim um conjunto de tarefas concretas que se apresentam em diferentes momentos, exigindo sua realização (Câmara & Strelhow, 2023).

Além das múltiplas definições e abordagens teóricas sobre o SV, a literatura também aponta para diferenças na concepção desse construto entre faixas etárias distintas. Em adolescentes e adultos jovens, o propósito de vida tende a estar fortemente relacionado a objetivos pessoais e experiências imediatas, diferindo da concepção de adultos mais velhos, que frequentemente compreendem o significado de vida como algo mais amplo, transcendente e que extrapola a existência cotidiana (Câmara & Strelhow, 2023).

Ainda, segundo González-González e Betancourt-Ocampo (2021) tradicionalmente, o estudo dos fenômenos sociais e de saúde, particularmente nos adolescentes, tem sido desenvolvido numa perspectiva baseada nos riscos e deficiências, e não nos recursos e possibilidades que esta fase oferece e a partir desta perspectiva positiva, o SV é considerado como fator de proteção para redução de comportamentos de risco (Castaño et al, 2022; González-González & Betancourt-Ocampo, 2021) e de problemas de saúde tanto físicos quanto psicológicos (Castaño et al, 2022) assim como pode ser preditor de comportamento pró-social, comprometimento moral, realização e elevada autoestima (Câmara e Strelhow, 2023), bem-estar subjetivo e bem-estar psicológico (Castaño et al, 2022; González-González e Betancourt-Ocampo, 2021; Câmara e Strelhow, 2023).

Quanto aos principais resultados, os estudos apontam que a maior parte dos adolescentes relatam ter um sentido de vida ou estão em busca de um (Pérez-Corona, 2022 et al; González-González e Betancourt-Ocampo, 2021) sendo que os estudos de correlação apresentaram resultados inversamente proporcionais, ou seja, aqueles que alegaram maior presença de sentido, apresentavam menos consumo de álcool (PérezCorona et al, 2022) e sintomas de depressão e ansiedade (Castaño et al, 2022), bem como maior busca por ajuda

emocional (González-González e Betancourt-Ocampo, 2021). Castaño et al. (2022) observou, ainda, que:

Além disso, pessoas de estratos socioeconômicos mais altos apresentam escores de SV mais elevados, o que pode estar associado às características da faixa etária: os idosos tendem a dar mais sentido aos aspectos comunitários, ao contrário do que acontece nos jovens que se concentram mais em situações que lhes proporcionam desenvolvimento pessoal, experiências, etc. relações sociais e interpessoais e trabalho, atividades e possibilidades que, dado o contexto, estão mais próximas de pessoas de estratos socioeconômicos mais elevados. (Castaño et al, 2022, p. 364, trad.).

Quanto ao estudo de Bravo-Andrade (2020) que, diferente dos demais, apresentou uma abordagem qualitativa a partir de grupos focais, dois aspectos principais se destacaram como fatores de risco para o suicídio em adolescentes: a falta de habilidades de resolução de problemas e a ausência de um sentido de vida. Por outro lado, habilidades de resolução de problemas e autoestima surgiram como os principais elementos protetores. Em primeiro lugar, o risco de suicídio na adolescência está relacionado à instabilidade emocional, que vai além da falta de certezas sobre o futuro, incluindo fragilidade nas próprias emoções. Em segundo lugar, essa incerteza se reflete na visão pessimista e sem sentido da vida, que alimenta a ideação suicida e desperta a desesperança.

Por outro lado, a autoestima adequada oferece uma sensação de segurança no mundo, possibilitando o desenvolvimento de um projeto de vida. No caso dos adolescentes, esse projeto está frequentemente ligado à busca por autonomia, o que torna a vivência de experiências que atribuem sentido à vida, fundamental para o fortalecimento

da resiliência. Assim, uma valorização positiva de si mesmo, aliada ao reconhecimento e gestão das próprias emoções, facilita a resolução de problemas de forma satisfatória, o que coopera para o desenvolvimento de experiências significativas. Esses fatores proporcionam uma sensação de segurança, reduzindo a incerteza e o risco de desconforto depressivo (Bravo-Andrade, 2020) e essa compreensão se alinha com o conceito de saúde mental positiva, que busca fortalecer os fatores de proteção e mitigar os fatores de risco.

Ademais, o único estudo realizado no Brasil, foi também o único de validação de instrumento do corpo deste trabalho, a partir do Purpose in Life Test Revised (PIL-Test R) e, apesar dos resultados favoráveis, sendo possível utilizar tanto a escala total, na avaliação do propósito de vida, quanto os fatores, independentemente, no que se refere a vazio existencial e significado de vida, entre adolescentes (Câmara e Strelhow, 2023), as autoras apresentam ressalvas na utilização do instrumento, pois alguns dos itens necessitam adaptação em função da experiência de vida dos jovens. Este estudo corrobora com demais estudos de validação que indicam que o instrumento precisa ser adaptado para população adolescente e, segundo Câmara e Strelhow (2023) a eliminação dos itens com baixa carga fatorial não representou prejuízos à confiabilidade do instrumento.

O estudo de validação do instrumento PIL-Test R (Câmara & Strelhow, 2023) evidenciou correlações significativas entre o propósito de vida e indicadores de satisfação com a vida, além de correlações inversas com medidas de bem-estar psicológico, que, por sua lógica de pontuação, indicam maior bem-estar em escores mais baixos. Esses achados sugerem que, para os adolescentes, o SV está relacionado à percepção de satisfação nas experiências cotidianas, revelando um vínculo entre o significado existencial e a vivência concreta do dia a dia.

A partir da análise dos estudos selecionados, observa-se um conjunto de achados que permite traçar um panorama geral sobre o SV na adolescência, conforme apresentado a seguir:

Tabela 1
Apresentação dos principais estudos incluídos na revisão, com seus locais, instrumentos e ano de publicação.

Título do artigo	Local da pesquisa	Ano de publicação	Instrumentos utilizados
Factores individuales que protegen o favorecen el riesgo de suicidio adolescente: estudio cualitativo con grupos focales	México	2020	Grupos focais
Consumo de riesgo de alcohol y sentido de vida en adolescentes de 18 a 20 en Tezontepec de Aldama.	México	2021	Escala Dimensional de Sentido de Vida
Conducta prosocial asociada al bienestar en adolescentes	México	2021	Escala de tendências pró-sociais, Escala de Bem-estar psicológico e Escala de satisfação com a vida
Sentido de vida y su asociación con la ansiedad y la depresión en jóvenes	Colômbia	2022	Escala Dimensional de Sentido de Vida
Evidências de Validade do Purpose in Life Test entre Adolescentes Escolares do Sul do Brasil	Brasil	2023	Purpose in Life Test Revised (PIL-Test R)

A presente revisão identificou cinco estudos que abordam o SV em adolescentes e jovens, majoritariamente publicados em periódicos latino-americanos entre os anos de 2020 e 2023, destaca-se que apesar da pesquisa incluir os anos de 2024 e 2025, nenhum artigo foi encontrado. Conforme a tabela 1, a maioria dos estudos encontrados sobre SV com a população adolescente não foram realizados no Brasil como era esperado e, diferente do previsto, nenhum deles utilizou o Questionário de Sentido de Vida (Damásio, 2013). A maior parte dos estudos encontrados foram realizados no México (60%) e o instrumento mais utilizado foi a Escala Dimensional de Sentido de Vida

(28,6%). Vale apontar que um dos estudos (González-González e Betancourt-Ocampo, 2021) apesar de não apresentar um problema ou instrumento sobre Sentido de Vida, ainda avaliou o construto a partir da Escala de Bem-estar Psicológico pela dimensão de Propósito de Vida.

As faixas etárias investigadas variaram entre 13 e 24 anos, com destaque para a concentração de estudos em adolescentes mais velhos e jovens adultos. Dois artigos contemplaram exclusivamente participantes com 18 anos ou mais (Pérez-Corona et al., 2021; Osorio Castaño et al., 2022), enquanto outros dois abrangeram adolescentes entre 13 e 19 anos (Câmara & Strelhow, 2023; González-González & Betancourt-Ocampo, 2021). O estudo qualitativo de Bravo-Andrade et al. (2020), embora não especifique exatamente a idade dos participantes, foi realizado com estudantes do Ensino Médio, o que permite estimar uma faixa entre 15 e 18 anos.

Os instrumentos utilizados para a avaliação do SV também foram variados. Destacam-se a Escala Dimensional de Sentido de Vida, aplicada em dois estudos mexicanos e um colombiano, e o *Purpose in Life Test Revised* (PIL-Test R), utilizado no estudo brasileiro.

Em relação aos principais achados, observou-se que a presença de sentido esteve consistentemente associada a indicadores positivos de saúde mental e desenvolvimento. Adolescentes com maior percepção de sentido relataram menores níveis de ansiedade e depressão, menor consumo de álcool e maior busca por apoio emocional. Também foi observada uma relação significativa entre SV e comportamentos pró-sociais, além da presença de autoestima e habilidades de resolução de problemas como fatores protetivos frente à ideação suicida.

Discussão

A partir dos resultados foram identificadas correlações consistentes do Sentido de Vida (SV) com indicadores de saúde mental como bem-estar, autoestima e comportamentos pró-sociais, estes aspectos positivos são cruciais para maximizar as potencialidades humanas e promover um desenvolvimento mais saudável, possibilitando que se tornem adultos capazes de lidar com o sofrimento e funcionar bem, mesmo na presença de sintomas (Franco e Rodrigues, 2014). Entretanto, observou-se a lacuna de estudos no contexto brasileiro, indicando possíveis diferenças culturais e sociais nestes resultados.

Destes cinco estudos achados, foram mapeados dois principais instrumentos: A Escala Dimensional de Sentido de Vida, a mais frequente em estudos internacionais, porém com amostras majoritariamente acima de 18 anos. Esta escala se baseia na análise de Martela e Steger (2016) sobre as limitações do conceito de bifatorial (Busca por sentido e Presença de Sentido) de SV tradicionalmente utilizado e propõe um modelo multidimensional marcado por: Coerência, Significado e Propósito. Os autores argumentam que a ausência dessa distinção leva a instrumentos que negligenciam dimensões essenciais do SV, especialmente em populações jovens, cuja experiência de significado pode ser mais vinculada a valores imediatos (ex.: relações sociais) do que a abstrações de longo prazo (Martela & Steger, 2016).

Enquanto no Brasil, o PIL-Test R (Câmara & Strelhow, 2023) mostrou potencial, contudo, sua validade é parcial devido à necessidade de adaptações para adolescentes, o que reforça a lacuna apontada neste estudo sobre a carência de instrumentos adequados a essa faixa etária.

Os estudos revisados (Castaño et al., 2022; Bravo-Andrade, 2020) corroboram a relação entre SV alto e menores índices de depressão e comportamentos de risco. No

entanto, a generalização desses resultados é limitada pela heterogeneidade da idade das amostras. Apesar de terem sido adicionados, dois artigos tinham população fora da faixa etária definida inicialmente (Pérez-Corona et al., 2021; Osorio Castaño et al., 2022).

Apesar de não ter sido utilizado o Questionário de Sentido de Vida (Damásio, 2023), a maioria dos adolescentes relata ter ou buscar um sentido (Pérez-Corona et al., 2021) e os adolescentes de classe mais altas tendem a relatar ter mais presença de sentido (Castaño et al., 2022). Em relação a busca por sentido especificamente, emergiu como tema central em 4 dos 5 estudos analisados (Bravo-Andrade, 2020; Câmara & Strelhow, 2023; González-González, 2021; Pérez-Corona, 2021), sendo associada tanto a fatores protetivos (bem-estar, resiliência) quanto à redução de riscos (suicídio, consumo de álcool). Contudo, a forma como essa busca é mensurada varia conforme o instrumento, desde itens explícitos no PIL-Test R até inferências qualitativas (Bravo-Andrade, 2020), o que limita comparações diretas tanto com o questionário quanto com a realidade brasileira de forma geral.

Em relação a estes fatores, como já evidenciado anteriormente, o SV alto correlaciona-se com autoestima e resiliência (Bravo-Andrade, 2020), satisfação com a vida e bem-estar psicológico (Câmara & Strelhow, 2023). Nesse sentido, considerar os adolescentes como sujeitos dotados de capacidades e recursos, ao invés de apenas vulnerabilidades, é essencial para o desenvolvimento de políticas e práticas que promovam sua saúde mental. A perspectiva positiva do desenvolvimento, como propõem González-González (2021), enfatiza que o olhar sobre os adolescentes deve partir de suas potencialidades e habilidades para enfrentar as exigências do contexto, em vez de focar apenas em suas limitações. O SV, ao ser considerado um desses recursos, contribui significativamente para a promoção de bem-estar e para a construção de uma trajetória de vida mais estável e significativa.

Assim como o SV baixo é associado a depressão, ansiedade e ideação suicida (Osorio et al., 2022) e consumo de álcool (Pérez-Corona et al., 2021) conforme Gonçalves et al (2021) apesar da manifestação de sentimentos de desesperança, a promoção de felicidade através de ações que dão sentido a vida, se torna uma estratégia de enfrentamento para a prevenção de crises que podem levar a comportamentos de risco. Entretanto, mais uma vez estes resultados podem não ser generalizados para adolescentes, pois a amostra tanto de Osorio et al. (2022) quanto de Perez-Corona et al (2021) foi composta por pessoas acima de 18 anos, fundamentada na literatura para adultos.

Considerações Finais

Esta revisão narrativa evidenciou que o Sentido de Vida (SV) é um construto multifatorial crucial para o desenvolvimento saudável na adolescência, atuando como fator protetivo contra comportamentos de risco e promotor de bem-estar psicológico. Os resultados corroboram a literatura existente, destacando que adolescentes com maior percepção de SV apresentam menores índices de depressão, ansiedade e maior engajamento em comportamentos pró-sociais, autoestima e satisfação com a vida (Castaño et al., 2022; Câmara & Strelhow, 2023).

Entretanto, limitações significativas foram identificadas, como dito inicialmente há uma escassez de estudos brasileiros com esta população, assim como a limitação dos instrumentos apresentados. Além disso, notou-se a heterogeneidade metodológica pois não houve padronização de instrumentos e nem de idade nas pesquisas, limitando a comparabilidade dos dados. E, por fim, deixou claro o viés amostral ao apresentar pesquisas com jovens no final da adolescência (>18 anos) e, possivelmente, ignorando particularidades da adolescência inicial (12–14 anos).

Este estudo oferece contribuições significativas ao atualizar o panorama teórico e empírico sobre o SV na adolescência no contexto latino-americano, destacando a predominância de pesquisas internacionais e a escassez de produções brasileiras sobre o tema. Além disso, reforça o papel do SV como um recurso fundamental para a promoção de saúde mental, ao sintetizar evidências consistentes sobre sua relação com indicadores positivos (como autoestima, resiliência e bem-estar psicológico) e sua função protetiva contra transtornos psicológicos e comportamentos de risco. Esses achados subsidiam tanto a prática profissional quanto a formulação de políticas públicas direcionadas ao desenvolvimento saudável de adolescentes, enfatizando a necessidade de intervenções baseadas no cultivo do SV.

Recomenda-se, portanto, futuras pesquisas para validação de instrumentos brasileiros sensíveis a faixa etária, considerando também dimensões como coerência, significado e propósito (Martela e Steger, 2016) e estudos longitudinais para avaliar como o SV se modifica ao longo da adolescência e sua relação com trajetórias de saúde mental, buscando desenvolver adultos mais resilientes em diferentes contextos culturais. Ademais, ressalta a necessidade de intervenções baseadas em evidências, como programas escolares que integrem SV a habilidades socioemocionais (González-González e Betancourt-Ocampo, 2021; Gonçalves et al, 2021).

Por fim, esta revisão reforça a urgência de políticas públicas que abordem o SV como eixo central na promoção de saúde mental adolescente, especialmente em contextos de vulnerabilidade socioeconômica (Bravo-Andrade, 2020). Apesar das lacunas, os achados sustentam que investir no SV na adolescência pode catalisar trajetórias de vida mais resilientes e significativas.

Referências bibliográficas

- Barros, L. O., Moreira, T. C., Oliveira, D. A., & Noronha, A. P. P. (2021). Relação entre sentido de vida e satisfação com a vida. *Interação em Psicologia*, 25(03), 318.
- Brasil. Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania. Estatuto da Criança e do Adolescente. *Lei federal*, 8. Brasília, 1990.
- Brasil. Ministério da Saúde. Boletim Epidemiológico: Panorama dos suicídios e lesões autoprovocadas no Brasil de 2010 a 2021. Brasília, 2024.
- Bravo-Andrade, H. R., Ruvalcaba-Romero, N. A., Orozco-Solís, M. G., & MacíasEspinoza, F. (2020). Factores individuales que protegen o favorecen el riesgo de suicidio adolescente: estudio cualitativo con grupos focales. *Duazary*, 17(1), 36-48.
- Brito, P. N. A., Santana, E. L. P. D., Moraes, O. A., Silva, J. C. D., & Cruz, P. J. S. C. (2024). O que se tem discutido sobre Educação Popular em Saúde nos últimos anos: uma revisão narrativa da literatura. *Ciência & Saúde Coletiva*, 29(06), e12542023.
- Câmara, S. G., & Strelhow, M. R. W. (2023). Evidências de Validade do Purpose in Life Test entre Adolescentes Escolares do Sul do Brasil. *Revista Subjetividades*, 23(1), e12728-e12728.
- Conforto, E. C., Amaral, D. C., & Silva, S. D. (2011). Roteiro para revisão bibliográfica sistemática: aplicação no desenvolvimento de produtos e gerenciamento de projetos. *Trabalho apresentado*, 8, 1-12.
- Damásio, B. F. (2013). Sentido de vida e bem-estar subjetivo: interações com esperança, otimismo, autoeficácia e autoestima em diferentes etapas do ciclo vital.
- Erikson, E. H. (1976). Identidade: Juventude e crise (trad. A. Cabral).

- Fonseca, J. J. S. (2002). Apostila de metodologia da pesquisa científica. Fortaleza: Universidade Estadual do Ceará (UECE), Centro de Educação. <http://www.ia.ufrj.br/ppgea/conteudo/conteudo-2012-1/1SF/Sandra/apostilaMetodologia.pdf>. Acesso em 20 nov. 2024.
- Franco, G. R., & Rodrigues, M. C. (2014). Programas de intervenção na adolescência: Considerações sobre o desenvolvimento positivo do jovem. *Temas em Psicologia*, 22(4), 677-690.
- Frank Martela & Michael F. Steger (2016): The three meanings of meaning in life: Distinguishing coherence, purpose, and significance, *The Journal of Positive Psychology*, DOI: 10.1080/17439760.2015.1137623
- Gonçalves, I. A. C., Alves, J., de Faria, H. R., de Faria, M. R. G. V., Zanini, D. S., & Campos, D. C. (2021). Promoção do Sentido de Vida como Fator Autoprotetivo em Adolescentes: uma abordagem da Psicologia Positiva. *Psicologia em Processo*, 1(1), 57-65.
- González-González, A., & Betancourt-Ocampo, D. (2021). Conducta prosocial asociada al bienestar en adolescentes. *Nova scientia*, 13(27).
- Osorio Castaño, C. A., Ortiz, E., Avendaño-Prieto, B. L., & Hernández-Pozo, M. D. R. (2022). Sentido de vida y su asociación con la ansiedad y la depresión en jóvenes. *Interdisciplinaria*, 39(2), 355-368.
- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2021). *Desenvolvimento Humano-14*. McGraw Hill Brasil.

- Pérez-Corona, M., Aguilar-Cornejo, M. G., Maya-Sánchez, A., López-Nolasco, B., & Trejo-García, C. A. (2021). Consumo de riesgo de alcohol y sentido de vida en adolescentes de 18 a 20 años en Tezontepec de Aldama. *Rev. enferm. neurol*, 108114.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of counseling psychology*, 53(1), 80.
- Vieira, G. P. (2021). The Multidimensional Existential Meaning Scale: em busca de evidências de validade para o contexto brasileiro.