

Resiliência na Formação em Enfermagem

Maria Cristina Pereira; Carolina Henriques; Amélia Simões Figueiredo,

Resumo

Introdução: O ensino superior representa desafios significativos, sendo a resiliência um atributo crucial nos estudantes. **Objetivos:** Mapear e sintetizar a produção científica desenvolvida na área da resiliência dos estudantes na educação superior em enfermagem, no último ano. **Design:** Scoping review. **Fontes de dados:** Bases de dados Medline, Scopus, Scielo e RCAAP, foram elegíveis 21 artigos que cumpriram os critérios de inclusão. **Métodos de revisão:** A estratégia de pesquisa utilizada foi Resilience AND Nursing education NOT Literature review. **Resultados:** Da análise mais aprofundada dos resultados no que diz respeito às principais conclusões dos estudos, identificámos cinco categorias: caracterização da resiliência nos estudantes da educação superior em enfermagem; relevância da resiliência na educação superior em enfermagem; fatores dificultadores na educação superior em enfermagem; fatores protetores da resiliência na educação superior em enfermagem e estratégias promotoras da resiliência na educação superior em enfermagem. Emergiram como principais limitações dos estudos três categorias: não generalização dos dados; metodologia utilizada e restrições de pesquisa científica. No que concerne às principais sugestões, foi possível obter contributos para a investigação, para a educação superior em enfermagem e para a prática de enfermagem. **Conclusões:** A resiliência é um atributo vital para os estudantes de enfermagem, ajudando-os a enfrentar as tensões durante o processo formativo e na futura prática profissional. São essenciais estratégias educativas que promovam a resiliência através de relações de apoio, aprendizagem reflexiva e intervenções abrangentes e multidimensionais. A literatura identifica a necessidade de se desenvolverem mais estudos na área, bem como programas eficazes de resiliência adaptados às reais necessidades dos estudantes de enfermagem.

Palavras-chave: Educação em enfermagem; Estudantes de enfermagem; Resiliência; Revisão da literatura

Resilience in Nursing Education

Abstract:

Introduction: Higher education presents significant challenges, with resilience being a crucial attribute in students. **Objectives:** To map and to summarise the scientific production developed in the area of student resilience in higher education nursing, in the last year. **Design:** Scoping review. **Data sources:** Medline, Scopus, Scielo and RCAAP databases, 21 articles that met the inclusion criteria were eligible. **Review methods:** The search strategy used was Resilience AND Nursing education NOT Literature review. **Results:** From the in-depth analysis of the results with regard to the main conclusions of the studies, we identified five categories: characterisation of resilience in higher education nursing; relevance of resilience in higher education nursing; hindering factors in higher education nursing; protective factors of resilience in higher education nursing and strategies promoting resilience in higher education nursing. Three categories emerged as the main limitations of the studies: non generalisation of the data; methodology used and scientific research restrictions. With regard to the main suggestions, it was possible to make contributions to research, higher education in nursing and nursing practice. **Conclusions:** Resilience is a vital attribute for nursing students, helping them to cope with stresses during the training process and in future professional practice. Educational strategies that promote resilience through supportive relationships, reflective learning and comprehensive, multidimensional interventions are essential. The literature identifies the need for further studies in this area, as well as effective resilience programs adapted to the real needs of nursing students.

Keywords: Literature review; Nursing education; Nursing students; Resilience

Résilience dans la Formation en soins Infirmiers

Résumé:

Introduction : L'enseignement supérieur présente des défis importants, la résilience étant un attribut crucial chez les étudiants. **Objectifs:** cartographier et synthétiser la production scientifique développée dans le domaine de la résilience des étudiants dans l'enseignement supérieur en soins infirmiers au cours de l'année écoulée. **Conception:** étude exploratoire. **Sources de données:** bases de données Medline, Scopus, Scielo et RCAAP. 21 articles répondant aux critères d'inclusion étaient éligibles. **Méthodes d'analyse:** la stratégie de recherche utilisée était Resilience AND Nursing education NOT Literature review. **Résultats:** L'analyse approfondie des résultats concernant les principales conclusions des études a permis d'identifier cinq catégories: caractérisation de la résilience chez les étudiants de l'enseignement supérieur en soins infirmiers; pertinence de la résilience dans l'enseignement supérieur en soins infirmiers; facteurs entravant l'enseignement supérieur en soins infirmiers; facteurs de protection de la résilience dans l'enseignement supérieur en soins infirmiers et stratégies de promotion de la résilience dans l'enseignement supérieur en soins infirmiers. Trois catégories sont apparues comme les principales limites des études: non généralisation des données, la méthodologie utilisée et les restrictions de la recherche scientifique. En ce qui concerne les principales suggestions, il a été possible d'apporter des contributions à la recherche, à l'enseignement supérieur en soins infirmiers et à la pratique infirmière. **Conclusions:** la résilience est un attribut vital pour les étudiants en soins infirmiers, qui les aide à faire face au stress pendant le processus de formation et dans leur future pratique professionnelle. Les

stratégies éducatives qui favorisent la résilience par le biais de relations de soutien, d'un apprentissage réfléchi et d'interventions globales et multidimensionnelles sont essentielles. La littérature met en évidence la nécessité de poursuivre les études dans ce domaine, ainsi que de mettre en place des programmes de résilience efficaces et adaptés aux besoins réels des étudiants en soins infirmiers.

Mots-clés: Étudiants en soins infirmiers; Formation en soins infirmiers; Resilience; Revue de la littérature

Resiliencia en la Formación de Enfermería

Resumen:

Introducción: La educación superior presenta desafíos importantes, siendo la resiliencia un atributo crucial en los estudiantes. **Objetivos:** Mapear y sintetizar la producción científica desarrollada en el área de la resiliencia estudiantil en la enseñanza superior en enfermería en el último año. **Diseño:** Revisión de alcance. **Fuentes de datos:** bases de datos Medline, Scopus, Scielo y RCAAP, 21 artículos que cumplieran los criterios de inclusión fueron elegibles. Métodos de revisión: La estrategia de búsqueda utilizada fue Resilience AND Nursing education NOT Literature review. **Resultados:** Del análisis en profundidad de los resultados respecto a las principales conclusiones de los estudios, se identificaron cinco categorías: caracterización de la resiliencia en estudiantes de educación superior de enfermeira; relevancia de la resiliencia en la educación superior de enfermería; factores obstaculizadores en la educación superior de enfermería; factores protectores de la resiliencia en la educación superior de enfermeira y estrategias que promueven la resiliencia en la educación superior de enfermería. Tres categorías surgieron como las principales limitaciones de los estudios: no generalización de los datos; metodología utilizada y restricciones de la investigación científica. En cuanto a las principales sugerencias, fue posible hacer contribuciones a la investigación, a la educación superior en enfermería y a la práctica de enfermería. **Conclusiones:** La resiliencia es un atributo vital para los estudiantes de enfermería, que les ayuda a hacer frente a las tensiones durante el proceso de formación y en la futura práctica profesional. Las estrategias educativas que promueven la resiliencia a través de relaciones de apoyo, aprendizaje reflexivo e intervenciones integrales y multidimensionales son esenciales. La literatura identifica la necesidad de más estudios en esta área, así como programas de resiliencia efectivos adaptados a las necesidades reales de los estudiantes de enfermería.

Palabras clave: Educación en enfermería; Estudiantes de enfermería; Resiliencia; Revisión de literatura

Introdução

A transição para o ensino superior representa tanto para os estudantes, como para as suas famílias, uma etapa de vida muito significativa que contempla desafios e ameaças. O ambiente académico reveste-se de novidade e implica uma adaptação cuidada, que na perspectiva de Vilelas et al. (2013), pode fazer emergir algumas dificuldades.

Na perspectiva de Queiroz et al. (2017), alguns autores vêm dando conta de vários fatores geradores de *stress* nos estudantes durante o curso de graduação em enfermagem. Referem situações que implicam lidar com a incerteza, o sofrimento do outro, a morte, mas também a relação pedagógica com o supervisor/professor e com os pares, bem como o sentimento de falta de competência para a realização de determinada atividade e a sobrecarga de trabalho (Almeida, 2016; Barroso, 2009). Li e Hasson (2020) corroboram esta ideia, afirmando que por norma, os estudantes de enfermagem apresentam níveis moderados de resiliência, mas enfrentam altos níveis de *stress*, o que pode impactar negativamente o seu bem-estar psicológico.

A resiliência emerge como uma necessidade a ser desenvolvida, de modo a capacitar estes estudantes para lidarem com a adversidade e para operacionalizarem uma adaptação mais adequada à complexidade dos contextos. Surge como um atributo crítico nos estudantes de enfermagem, permitindo durante o período formativo lidar com os elevados níveis de *stress* e com as adversidades (Li & Hasson, 2020).

O conceito de resiliência é entendido no domínio da educação em enfermagem como um “processo multidimensional evolutivo, que permite adaptação ou recuperação perante situações *stressantes* ou adversidades, através de *coping* positivo alcançando bem-estar e sucesso.” (Queiroz & Amendoeira, 2018, s.p). Deste modo, podemos compreender que o desenvolvimento da resiliência se enquadra num processo individual que engloba múltiplas dimensões, podendo estas ser trabalhadas. Esta ideia é fundamental, permitindo que o sucesso académico surja como um resultado promissor, alicerçado na aquisição de um *coping* eficaz. O interesse pela temática da resiliência espalhou-se exponencialmente durante o período pandémico (COVID-19), fruto do próprio contexto complexo sendo que esse interesse prevalece atualmente. Na perspectiva de Pereira e Rodrigues (2022, p. 20938) “investigar a educação em enfermagem no período pós-pandemia é pertinente, sugere-se conhecer as alterações que foram incrementadas e que permanecem nos dias de

hoje”. Eventualmente os resultados contribuirão para identificar a pandemia como um marco significativo, alterando a forma como se perspetiva o ensino de enfermagem.

Os ambientes formativos devem ser promotores do êxito académico, Amsrud et al. (2019) defendem que a cultura educacional deve basear-se na confiabilidade, por se constituir como um catalisador para o desenvolvimento da resiliência nos estudantes. Reconhecer os recursos individuais, bem como potenciar os fatores de proteção, parece ser o caminho mais acertado. Contudo, persiste ainda uma lacuna na literatura em descrever o ensino superior e, em específico o curso de graduação em enfermagem, como sendo promotor de resiliência nos estudantes. Fatores como a possibilidade de contacto precoce com o sofrimento, com a morte, com a exigência da tomada de decisão fundamentada, parecem proporcionar momentos de análise e reflexão significativos e transformadores. Nos acervos da literatura persiste a dispersão e heterogeneidade do conhecimento, pelo que consideramos importante mapear e sintetizar os resultados dos estudos sobre a temática e continuar a desenvolver produção científica a partir dos dados já conhecidos. Esta necessidade é reforçada por Silva (2024) ao sugerir “o desenvolvimento de mais investigação na área, com recurso a outras metodologias e abordagens de forma a aumentar a compreensão e o desenvolvimento da resiliência” (p. 43). Aryuwat et al. (2022) advogam a necessidade de realização de mais estudos que relacionem a resiliência e as características que afetam o seu desenvolvimento nos estudantes de enfermagem, havendo, na perspetiva de Rayani et al. (2024), a existência de uma correlação significativa entre resiliência e bem-estar em estudantes de enfermagem.

Metodologia

Nos acervos disponíveis, não encontramos nenhuma revisão sistemática de literatura que fosse ao encontro dos objetivos que definimos e que emergiram da indagação inicial: “Qual a produção científica na área da resiliência na educação superior em enfermagem, no último ano?” Justificamos o friso temporal de um ano (ano de 2024), pelo facto já referido anteriormente, do crescimento exponencial do interesse e consequente aumento do número de publicações sobre o tema no período pós-pandémico, pelo que nos importa aceder aos resultados dos estudos mais recentes, que nos permitam sintetizar a informação mais atualizada, minimizando a acentuada dispersão e heterogeneidade do conhecimento. A presente revisão possibilita-nos identificar prioridades e eventuais lacunas ao nível do

saber relacionado com o tema em estudo, através dos objetivos mapear e sintetizar a produção científica desenvolvida na área da resiliência dos estudantes na educação superior em enfermagem, no último ano.

Da questão de partida atendemos ao PCC, onde definimos: P (participantes): Estudantes na educação superior em enfermagem; C (conceito): Resiliência; C (contexto): Educação superior em enfermagem. Estabelecemos como critérios de inclusão: Estudos do ano de 2024; Educação superior em enfermagem; Disponíveis nas bases de dados em texto integral; Textos disponíveis em: português, inglês ou espanhol; Tipos de estudo: Estudos com metodologia qualitativa, quantitativa e mistos. Estabelecemos como critérios de exclusão: Estudos sobre educação superior pós-graduada, incluindo mestrados e doutoramentos; Revisões de literatura; Relatórios de estágio para obtenção do grau de mestre; Artigos de opinião e cartas de resposta ao Editor. O protocolo de revisão foi conduzido de acordo com a metodologia JBI (Joanna Briggs Institute) para a scoping review (Aromataris et al., 2024).

A estratégia de pesquisa foi aplicada em dezembro de 2024, através da plataforma b-on onde acedemos às bases de dados Medline, Scopus, Scielo e RCAAP, por considerarmos representativas dos diferentes tipos de publicações. Os termos de pesquisa MeSH (Medical Subject Headings) foram: Resilience AND Nursing education NOT literature review.

Após a pesquisa, todas as citações identificadas foram coletadas e geridas através da ferramenta Mendeley, onde os duplicados foram removidos. Os títulos e os resumos foram selecionados por dois revisores independentes, para avaliação de acordo com os critérios de inclusão e exclusão para a revisão. As divergências que surgiram entre as investigadoras em cada etapa do processo de seleção, foram resolvidas por meio de discussão e com uma revisora adicional. Deste modo, sintetizámos o processo de análise, identificação, triagem, elegibilidade e inclusão dos estudos, nos seguintes passos: Leitura do título, autores e disciplina; Leitura do resumo de acordo com os critérios de inclusão e exclusão; Triagem; Leitura integral do artigo. Seguiu-se a extração dos dados incluídos na amostra, por duas ou mais investigadoras de forma independente, utilizando-se uma ferramenta de extração de dados desenvolvida para o efeito. Deste modo, pretendeu-se garantir a validação dos resultados obtidos. O documento que serve a extração de dados (recurso ao Excel®) foi construído pelas investigadoras, de modo a dar resposta aos

objetivos do estudo: Autores; Ano; Revista/Ensino superior; País; Título; Amostra; Tipo de estudo; Principais conclusões; Limitações e Sugestões.

Os resultados da busca e do processo de inclusão do estudo é apresentado de seguida através do fluxograma PRISMA (Moher et al., 2009), onde foram elegíveis 21 artigos, que foram alvo de análise pelas investigadoras.

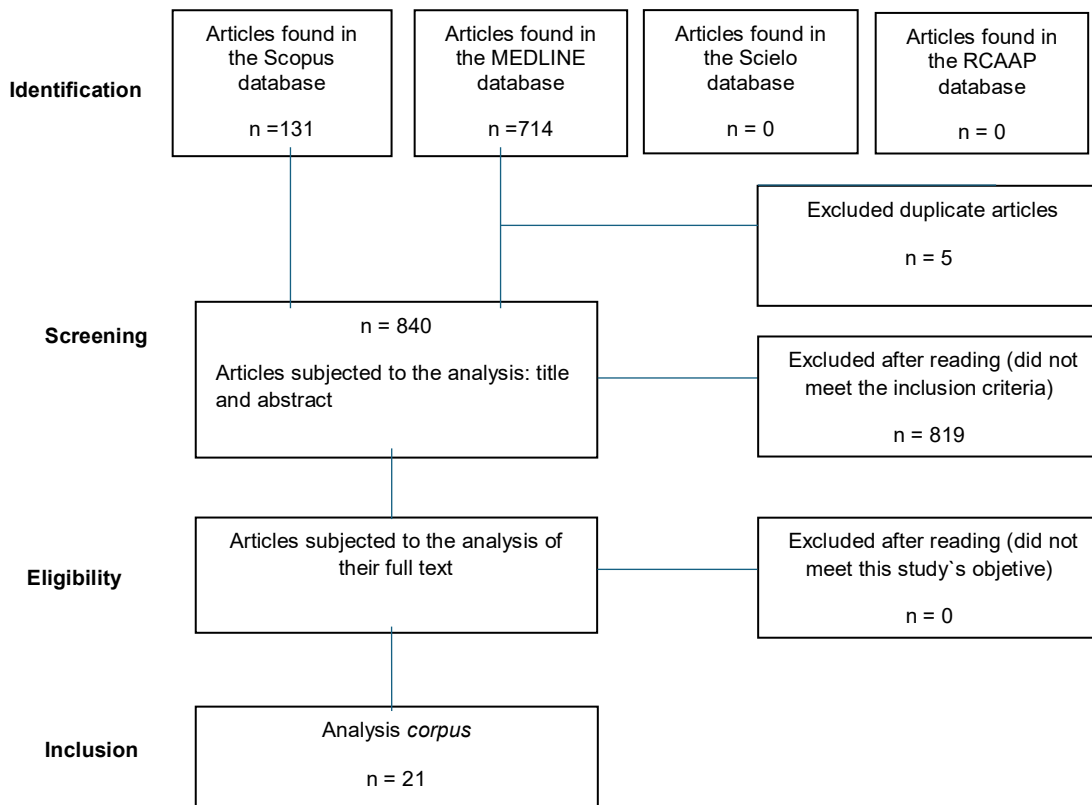


Figura 1 – Processo de seleção de artigos

Apresentação e discussão dos resultados

Todos os estudos (n=21) foram publicados em 2024, os países onde foram desenvolvidos mais estudos foram a China (n=7) e os Estados Unidos da América (n=3). No total dos artigos analisados, integraram a amostra 5591 estudantes do ensino superior em enfermagem. A metodologia de investigação utilizada pela maioria dos estudos (n=16) foi a quantitativa, seguida da qualitativa (n=4) e de um estudo misto. Na tabela que remetemos para apêndice, apresentam-se os principais resultados encontrados (Tabela 1).

Da análise aprofundada dos resultados no que diz respeito às principais conclusões dos estudos, identificámos cinco categorias: relevância da resiliência na educação superior em enfermagem; fatores dificultadores da resiliência na educação superior em enfermagem; fatores protetores (proporcionam acolhimento e aceitação incondicional) da resiliência na educação superior em enfermagem; estratégias promotoras da resiliência na educação superior em enfermagem, numa perspetiva de desenvolvimento individual e caracterização da resiliência nos estudantes da educação superior em enfermagem. Emergiram como principais limitações dos estudos três categorias: não generalização dos dados; metodologia utilizada e restrições de pesquisa científica. No que concerne às principais sugestões, foi possível obter contributos para a investigação, para a educação superior em enfermagem e para a prática de enfermagem. De seguida, apresentamos a descrição dos resultados.

Caracterização da resiliência nos estudantes

A caracterização da resiliência que emergiu da nossa análise reforça a natureza multifacetada (n=4) considerando as características individuais (n=5). É influenciada positivamente por vários fatores (n=2), como o sucesso académico, maturidade na carreira, quociente de adversidade e senso de pertença à Escola; bem como pelas características facilitadoras dos contextos. Parece ter uma influência do género (n=2) (tendencialmente maior no género feminino, mas a carecer de mais estudos) e uma influência positiva da autoconfiança, autocontrolo, sociabilidade, bem-estar e autoeficácia. A maior competência na tomada de decisão ética, está associada a um nível mais elevado de resiliência e de fatores de proteção, conduzindo a um menor sofrimento moral.

Relevância da resiliência na educação superior em enfermagem

Esta categoria divide-se em duas subcategorias: desenvolver a resiliência nos estudantes (n=10) e atributo crucial (n= 16). Três estudos defendem que a resiliência deve ser desenvolvida desde o início do curso, permitindo aos estudantes adaptarem-se às mudanças e ultrapassarem os desafios académicos (n=7), sendo vital na preparação para a prática clínica (n=2), aumentando a autoeficácia académica (n=1). Seis estudos defendem que a resiliência constitui-se como um atributo crucial para formar profissionais competentes, contribuindo para a qualidade dos cuidados prestados (n=4). É um atributo essencial na educação em enfermagem por permitir uma gestão positiva do

stress, uma melhor transição para o ensino superior, capacidade de autoavaliação e aceitação da morte. Esta relevância é corroborada pela perspetiva de Rayani et al. (2024), que referem a existência de uma correlação significativa entre resiliência e bem-estar em estudantes de enfermagem. Amsrud et al. (2019) defendem que a cultura educacional deve basear-se na confiabilidade, por se constituir como um catalisador para o desenvolvimento da resiliência nos estudantes, alicerçado pelos educadores numa conduta de valores e habilidades interpessoais que sirvam de modelo e as quais se esperam que evidenciem na prática de enfermagem.

Fatores dificultadores na educação superior em enfermagem

Os fatores que são dificultadores no processo de aprendizagem dos estudantes prendem-se com a gestão do stress (n=7), com o estágio (n=3), os desafios na transição para o ensino superior (n= 2), a saúde mental (n=2) e o uso de redes sociais (n=1). O stress percebido afeta negativamente a resiliência (n=4), sendo necessário desenvolver a capacidade de gestão de stress aumentando a resiliência (n=2). Os momentos da prática clínica têm inerentes adversidades (n=2) que passam pelas experiências de vulnerabilidade, sentido e pelo navegar na incerteza. A adversidade promove a construção da resiliência (n=2), sendo a saúde mental relevante, uma vez que estudantes com pontuações de depressão mais graves parecem ter maior nível de resiliência (n=1). O uso das redes sociais parece ter um papel importante, estando associado a uma menor resiliência (n=1). Podemos inferir e indo ao encontro do descrito na literatura, que as dificuldades podem ser oportunidades para evolução, pelo que os desafios podem possibilitar o desenvolvimento da resiliência. Autores como Li e Hasson (2020) afirmam que um maior nível de resiliência e um menor nível de *stress* são fortes preditores de melhor bem-estar psicológico entre estudantes de enfermagem.

Fatores protetores da resiliência na educação superior em enfermagem

Os fatores de proteção garantem o apoio incondicional e auxiliam no ultrapassar das dificuldades. O suporte social tem uma relevância expressiva (n=7), bem como o apoio disponibilizado pelos docentes e orientadores de estágio (n=7), o apoio entre os pares (n=4), o apoio de familiares e amigos (n=4), a satisfação com a vida (n=4), a autoconfiança (n=3), o sentimento de pertença (n=3), a participação desportiva (n=2) e a aprendizagem autodirigida (n=2). Os docentes devem promover um ambiente facilitador da aprendizagem na sala de aula e no estágio (n=4), com sessões de grupo e

individualizadas. Sobretudo no estágio, devem ser desenvolvidas as habilidades sociais, éticas, de planeamento e priorização de intervenções. A participação desportiva está associada a uma maior resiliência (n=2). Sendo que a resiliência contribui para um maior bem-estar (n=2), maior satisfação com a vida. Hughes et al. (2021) descrevem alguns fatores internos que são protetores e que devem ser promovidos como a autoeficácia, o otimismo, a inteligência emocional e o autocuidado. A presença destes fatores, está associada a um maior nível de resiliência e a uma melhor capacidade de gestão do *stress*.

Quanto às estratégias promotoras da resiliência nos estudantes, numa perspetiva de desenvolvimento, os resultados aponta-nos para um leque de opções que podem ser escolhidos em função das características dos contextos, servindo de um esboço de recomendações de boas práticas. Estas estratégias podem ser implementadas por vários intervenientes: pelos docentes (n=9), pela instituição do ensino superior (n=8), pelos pares (n=3); atendendo à inovação pedagógica ou módulos dirigidos (n=13), aos cenários simulados (n=3) e ao lidar com a adversidade (n=3). Os docentes têm uma função relevante na promoção da resiliência no processo educativo, podendo contribuir para a diminuição do stress (n=3), criar ambientes de aprendizagem atenciosos, inclusivos e autodirigidos, facultar feedback construtivo aumentando a autoconfiança, utilizar o sentido de humor, promover a mentoria; ao mesmo tempo que deve autorrefletir sobre a sua própria capacidade de ser resiliente.

Walsh et al. (2020) defendem que as metodologias pedagógicas eficazes devem incluir, atividades entre pares, prática reflexiva, estudo dirigido, aprendizagem baseada em problemas e aprendizagem experiencial. Em contexto de estágio, os supervisores clínicos devem preocupar-se em preparar os estudantes para os contextos práticos, incorporando o treino da resiliência através do apoio e da prática reflexiva (Thomas & Asselin, 2018).

Quanto à limitação dos estudos mais mencionada, refere-se à generalização dos dados para outros contextos, esta fica impossibilitada pela especificidade dos locais onde foram desenvolvidos os estudos (n=17). Na continuidade dos estudos, existem várias considerações das quais realçamos o entender como os estudantes constroem a resiliência em contexto de estágio, explorar as diferenças culturais e de níveis educacionais, comparar a saúde mental atual dos estudantes com as suas experiências anteriores, estudar outras variáveis (como sono, motivação, desempenho académico).

De seguida apresentamos o que consideramos ser o nosso mapa conceptual.

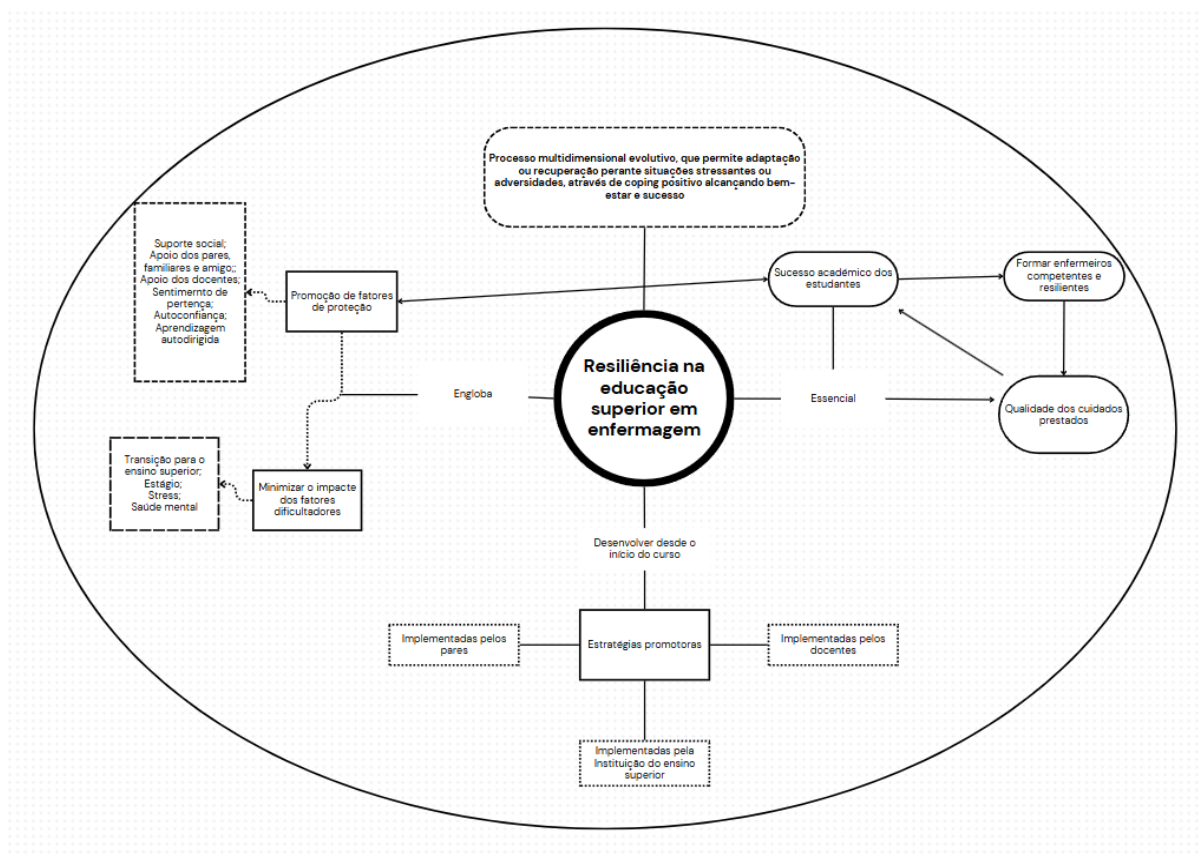


Figura 2 – Mapa Conceptual

Conclusão

Importa relembrar a situação pandémica pela sua relevância, fazendo somar aos desafios da entrada e frequência do ensino superior, outros como o isolamento social.

A resiliência é uma competência com elevada relevância pelo que deve ser desenvolvida e aperfeiçoada, por ser essencial para a superação de adversidades e o enfrentar do inesperado. Não sendo uma capacidade adquirida, mas sim assimilada e desenvolvida, é crucial a colaboração institucional para a promoção da resiliência. É relevante identificar os elementos que podem prejudicar o sucesso académico e desenvolver ações que promovam interações positivas que visem o desenvolvimento de habilidades direcionadas.

A resiliência é um atributo vital para os estudantes de enfermagem, ajudando-os a enfrentar as tensões durante o processo formativo e no futuro desempenho profissional. Tem uma natureza multifacetada, mas centra-se nos atributos. São essenciais estratégias educativas como estabelecimento de relações de apoio educativo, aprendizagem reflexiva, intervenções abrangentes e multidimensionais, da responsabilidade dos pares, dos professores, de outros atores educativos e da instituição educativa. São indispensáveis mais estudos na área, de modo a continuar a fortalecer a base de evidências e desenvolver programas eficazes de resiliência adaptados às reais necessidades dos estudantes de enfermagem.

Conflito de interesses

As autoras não apresentam conflito de interesses, nem usufruem de financiamento.

Declaração da utilização de Inteligência Artificial Generativa (IAGen)

Declaramos que não foram utilizadas ferramentas de AIGen. Os autores são os únicos responsáveis pelo conteúdo dos seus manuscritos.

Referências bibliográficas

- Almeida, R. (2016). *Estratégias de coping na gestão de stresse em ensino clínico. Contributos para a supervisão de estudantes de enfermagem*. [Dissertação de Mestrado]. Escola Superior de enfermagem do Porto. <https://comum.rcaap.pt/handle/10400.26/14896>
- AL-Hammouri, M. M., Rababah, J., & Dormans, J. (2024). Exploring gender dynamics and predictors of resilience among nursing students. *Nurse Education in Practice*, 80. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2024.104160>
- Amsrud, K. E; Lyberg, A. & Severinsson, E. (2019). Development of resilience in nursing students: A systematic qualitative review and thematic synthesis. *Nurse Education in Practice*. Vol. 41, 102621, pp.1 - 9. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2019.102621>
- Ang, W. H. D., & Lau, Y. (2024). Trait emotional intelligence as a predictor of resilience among undergraduate nursing students: A structural equation modelling approach. *Nurse Education Today*, 136. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2024.106132>
- Antoniou, M., Fradelos, E. C., Roumeliotaki, T., Malli, F., Emmanouil, K. S., & Papagiannis, D. (2024). Assessing mental resilience with individual and lifestyle determinants among nursing students: An observational study from Greece. *AIMS Public Health*, 11(3), 946–961. <https://doi.org/10.3934/publichealth.2024049>
- Aromataris E, Lockwood C, Porritt K, Pilla B, Jordan Z (2024). *JBÍ Manual for Evidence Synthesis*. JBI; Editors. <https://synthesismanual.jbi.global>
- Aryuwat, P., Holmgren, J., Asp, M., Lövenmark, A., Radabutr, M., & Sandborgh, M. (2024^a). Factors Associated with Resilience among Thai Nursing Students in the Context of Clinical Education: A Cross-Sectional Study. *Education Sciences*, 14(1). <https://doi.org/10.3390/educsci14010078>
- Aryuwat, P., Holmgren, J., Asp, M., Radabutr, M., & Lövenmark, A. (2024^b). Experiences of Nursing Students Regarding Challenges and Support for Resilience during Clinical Education: A Qualitative Study. *Nursing Reports*, 14(3), 1604–1620. <https://doi.org/10.3390/nursrep14030120>
- Aryuwat, P.; Asp, M.; Lövenmark; Radabutr, M. & Holmgren, J. (2022). An integrative review of resilience among nursing students in the context of nursing education. *Nurs Open*. 10 (5): 2793-2818. doi: [10.1002/nop2.1559](https://doi.org/10.1002/nop2.1559)
- Barroso, I. (2009). *O ensino clínico no curso de licenciatura em enfermagem. Estudo sobre as experiências de aprendizagem, situações e fatores geradores de stresse nos estudantes*. [Dissertação de Mestrado]. Universidade do Porto, Instituto de Ciências Biomédicas de Abel Salazar. <https://repositorio-aberto.up.pt/handle/10216/20159>
- Cleland J, MacLeod A, Ellaway (2022). RH. CARDA: Guiding document analyses in health professions education research. *Med Educ*. Disponível em <https://www.equator-network.org/reporting-guidelines/guiding-document-analyses-in-health-professions-education-research/> DOI: [10.1111/medu.14964](https://doi.org/10.1111/medu.14964)

- Diffley, D., & Duddle, M. (2022). Fostering Resilience in Nursing Students in the Academic Setting: A Systematic Review. *The Journal of nursing education*, 61 5, 229-236. <https://doi.org/10.3928/01484834-20220303-03>
- Drury Young, C., Watson, A. L., Sutton-Clark, G., & Prescott, S. (2024). Responding to patient deterioration from simulation to practice: A narrative study of undergraduate nursing students. *Nurse Education in Practice*, 79. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2024.104060>
- Durmus Iskender, M., & Ulaş Karaahmetoğlu, G. (2024). Determining the Effect of Psychological Resilience on Death, the Fear of Death, and Death Acceptance in Nursing Students in Turkey. *Omega (United States)*. <https://doi.org/10.1177/00302228241248531>
- Freires, A., Nascimento, A., Guedes, H., Silva, R., Santos, C. (2022). Resiliência em estudantes de enfermagem. Revisão de literatura. In Praxedes, M. (Org). *Políticas e práticas em saúde e enfermagem*. Atena Editora https://docs.google.com/viewer?url=https://atenaeditora.thecdn.cloud/atenaeditora/artigos_anexos/cap19_7cc012ed59e43e72f2f5c55980f908163fc3b681.pdf&embedded=true
- Galiana, L., Sánchez-Ruiz, J., Gómez-Salgado, J., Larkin, P. J., & Sansó, N. (2024). Validation of the Spanish version of the five-item General Self-Efficacy (GSE) scale in a sample of nursing students: Evidence of validity, reliability, longitudinal invariance and changes in general self-efficacy and resilience in a two-wave cross-lagged panel model. *Nurse Education in Practice*, 74, 103865. <https://doi.org/10.1016/J.NEPR.2023.103865>
- Gause, G., Sehularo, L. A., & Matsipane, M. J. (2024^a). Coping strategies used by undergraduate first-year nursing students during transition from basic to higher education: a qualitative study. *BMC Nursing*, 23(1). <https://doi.org/10.1186/s12912-024-01938-5>
- Gause, G., Sehularo, L. A., & Matsipane, M. J. (2024^b). Factors That Influence Resilience among First-Year Undergraduate Nursing Students: A Cross-Sectional Descriptive Study. *Nursing Reports*, 14(2), 1324–1337. <https://doi.org/10.3390/nursrep14020100>
- Guo, Y., An, F., Li, A., Yao, J., & Sun, X. (2024). The correlation between social adaptability and academic procrastination of undergraduate nursing students: the mediating role of resilience. *BMC Medical Education*, 24(1), 1052. <https://doi.org/10.1186/s12909-024-06033-6>
- Horton, A. G., & Lawson, M. A. (2024). Analyzing nursing students' mental health profiles at the onset of COVID-19. *Archives of Psychiatric Nursing*, 50, 74–82. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2024.03.012>
- Hughes, V., Cologer, S., Swoboda, S., & Rushton, C. (2021). Strengthening internal resources to promote resilience among prelicensure nursing students. *Journal of professional nursing : official journal of the American Association of Colleges of Nursing*, 37 4, 777-783. <https://doi.org/10.1016/j.profnurs.2021.05.008>
- Hwu, L. J., & Pai, H. C. (2024). The moral distress, protective factors, and resilience: the role of ethical decision-making competence among student nurses. *Advances in Health Sciences Education*. <https://doi.org/10.1007/s10459-024-10399-z>
- Iskender, M. & Karaahmetoglu, G. (2024). Determining the Effect of Psychological Resilience on Death, the Fear of Death, and Death Acceptance in Nursing Students in Turkey. *OMEGA—Journal of Death and Dying*. DOI: 10.1177/00302228241248531
- Jiesisibieke, Z. L., Ye, M., Xu, W., Chuang, Y. C., Liou, J. J. H., Tung, T. H., & Chien, C. W. (2024). Academic resilience of nursing students during COVID-19: An analysis using machine learning methods. *Nursing Open*, 11(10), e70018. <https://doi.org/10.1002/nop2.70018>
- Labrague, L. J. (2024). Examining the influence of social support and resilience on academic self-efficacy and learning outcomes in pre-licensure student nurses. *Journal of Professional Nursing*, 55, 119–124. <https://doi.org/10.1016/j.profnurs.2024.09.012>
- Li, Z., & Hasson, F. (2020). Resilience, stress, and psychological well-being in nursing students: A systematic review. *Nurse education today*, 90, 104440. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2020.104440>
- Liu, L., Fu, M., Wu, J., Wang, H., Zhao, J., Chen, P., Cao, J., Zhang, W., Lin, Q., & Li, L. (2024). Digital health literacy among undergraduate nursing students in China: associations with health lifestyles and psychological resilience. *BMC Medical Education*, 24(1), 1139. <https://doi.org/10.1186/s12909-024-06075-w>
- MeSH (2024). *Medical Subject Heading*. https://meshb.nlm.nih.gov/?_gl=1*p8ioep*_ga*MTY2MDczMjEyNi4xNzE1NzkxMTcy*_ga_7147EPK006*MTczMTg2NTA5Mi4yLjAuMTczMTg2NTA5OC4wLjAuMA..*_ga_P1FPTH9PL4*MTczMTg2NTA5Mi4yLjAuMTczMTg2NTA5OC4wLjAuMA.
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J. & Altman, DG. (2009). The PRISMA Group. Preferred reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses: The PRISMA Statement. *Annals of Internal Medicine*. 151:264-269
- Naz, A. M., Khan, S., Manzoor, S., Rehman, K. U., Aslam, Z., & Noor, N. (2024). Relationship between resilience, social support and psychological well-being in nursing students. *Journal of Research in Nursing*, 29(8), 718–731. <https://doi.org/10.1177/17449871241278854>
- Ning, L., Li, S., Li, F., Wang, Y., Fu, Y., Lin, T., Deng, Q., Zeng, Y., & Li, J. (2024). The effect of sleep problems on core self-evaluations in undergraduate nursing students and the role of emotion regulation and resilience: A cross-sectional study. *Journal of Professional Nursing*, 51, 64–73. <https://doi.org/10.1016/j.profnurs.2024.02.004>
- Pereira, M.C. & Rodrigues, D. (2022). Educação em enfermagem e pandemia: um olhar retrospectivo. *Brazilian Journal of Health Review*, 5 (5) DOI:10.34119/bjhrv5n5-250

Queiroz, M. C., & Amendoeira, J. (3 e 4 de Maio de 2018). *Conceito de Resiliência na Educação em Enfermagem: Análise de conceito*. 12th International Seminar on Nursing Research. Universidade Católica Portuguesa, Porto, Portugal.

Queiroz, M. C., Caldeira, S., & Figueiredo, A. S. (4 e 5 de Maio de 2017). *Educação em enfermagem: Principais conclusões da teses e dissertações portuguesas*. 11º Seminário Internacional de Investigação em Enfermagem. Universidade Católica Portuguesa, Porto, Portugal.

Rayani, A.M; Alodhailah, A. M. & Alreshidi, S.M. (2024). A cross-sectional study of resilience and well-being among nursing students in Saudi Arabia. *Sage Open medicine*. Vol.12 <https://doi.org/10.1177/20503121241245224>

Ruas, C. A. da S., Nascimento, F. P. B., Magalhães, I. de A. L., Soares, R. J. de O. (2019). Resiliência dos estudantes de enfermagem de uma universidade na Baixada Fluminense/RJ. *Brazilian Journal of Health Review*. V. 2, n. 4, p. 2409–2417. <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/1780>.

Shen, Y., Feng, H., & Li, X. (2024). Academic resilience in nusing students: a concept analysis. *BMC Nursing*, 23(1). <https://doi.org/10.1186/s12912-024-02133-2>

Silva, M. S. da, Marques, G. F., Reis, A. C., Lourenço, T., Abreu-Figueiredo, R., Gonçalves, M. L., & Santos, M. L. (2021). Bem-estar psicológico e coping em estudantes de enfermagem durante a quarentena pela COVID-19. *Revista De Enfermagem Referência*, 5(8, Supl. 8), 1–8. <https://doi.org/10.12707/RV20211>

Stubin, C. A., Avallone, M., & Manno, M. S. (2024). Addressing the 2021 Essentials with new approaches for developing leadership, resilience, and self-care/well-being in undergraduate baccalaureate nursing students. *Journal of Professional Nursing*, 54, 24–28. <https://doi.org/10.1016/j.profnurs.2024.06.003>

Tan, W. ying, Chen, J. ni, Lu, S. hua, Liu, C. qin, Zhou, Y., Luo, Q., Song, L. qin, Miao, C. yuan, & Smith, G. D. (2024). Latent profiles of academic resilience in undergraduate nursing students and their association with resilience and self-efficacy. *Nurse Education in Practice*, 77. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2024.103949>

Thomas, L., & Asselin, M. (2018). Promoting resilience among nursing students in clinical education. *Nurse education in practice*, 28, 231-234. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2017.10.001>

Vilelas, J., Lucas, I., Silva, I. S., Nunes, A. P., & Neves, I. C. (2013). Escala de Fatores de Resiliência de Takviriyannun: Propriedades Psicométricas da Versão Portuguesa. *Pensar Enfermagem*, 17 (1), pp. 2-16. <https://comum.rcaap.pt/handle/10400.26/23904>

Walsh, P., Owen, P., Mustafa, N., & Beech, R. (2020). Learning and teaching approaches promoting resilience in student nurses: An integrated review of the literature. *Nurse education in practice*, 45, 102748. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2020.102748>

Young, C. D., Watson, A.L., Gabby Sutton-Clark, G., Prescott, S. (2024). Responding to patient deterioration from simulation to practice: A narrative study of undergraduate nursing students. *Nurse Education in Practice*, <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2024.104060>

Apêndice (Tabela 1 – Principais resultados dos artigos)

Tabela 1 – Principais resultados dos artigos	Sugestões
	Integrar a resiliência na educação, com interações sociais e transformações positivas.
	Integrar a resiliência no currículo. Estudos longitudinais e qualitativos.
	Considerar diferenças de género.
	Replicar estudo e aumentar a amostra.
	Formação de orientadores e partilha de experiências entre estudantes.
	Realizar estudos longitudinais e mistos.
	Abordagem mista. Expandir a outros contextos.
	Estudos longitudinais e aumentar variáveis do estudo.
	Contexto e amostra mais diversificada.
	Amostra mais diversificada e estudos longitudinais.
	Estudar outros contextos. Estudo longitudinal.

Autores / País /Revista	Tipo de estudo / Amostra	Principais conclusões	Limitações
A1 . Aryuwat et al ^{b/} / Tailândia / Nursing Reports	Qualitativo / 28 estudantes de enfermagem	Desenvolver resiliência prepara para a complexidade da prática clínica (experiências significativas, de vulnerabilidade e incerteza) . Promover suporte social, empatia, e conexão entre os estudantes.	Não generalizável. Amostra na maioria feminina e reduzida. Colheita de dados digital .
A2 . Aryuwat et al ^a / Tailândia / Education Sciences	Quantitativo / 319 estudantes de enfermagem	Suporte social e aprendizagem autodirigida favorecem a resiliência. Ambiente colaborativo, mentores. Inovação pedagógica, aconselhamento individualizado, simulação.	Não generalizável, amostra reduzida. Colheita de dados digital.Dados autorrelatados
A3 . AL-Hammouri / Jordânia / Nurse Education in Practice	Quantitativo / 623 estudantes de enfermagem	Desenvolver a resiliência desde o início do curso, atendendo às necessidades exclusivas dos estudantes de enfermagem. Estratégias educacionais personalizadas e sensíveis ao género.	Não generalizável, amostra reduzida. Colheita de dados digital.Dados autorrelatados
A4 . Jiesisibieke et al / China / Nursing Open	Quantitativo / 96 estudantes de enfermagem	Adaptação às mudanças e desafios académicos. Preparar para a complexidade da prática clínica. Suporte dos pares e sentimento de pertença. Qualidade dos cuidados.	Não generalizável. Amostra na maioria feminina e reduzida.
A5 . Shen et al / China / BMC Nursing	Qualitativo / 22 documentos para análise de conceito	A resiliência promove o êxito académico. Proporcionar uma aprendizagem autodirigida com feedback construtivo. Desenvolver autoconfiança e sentimento de pertença.	Apenas textos em inglês e chinês, alguns sem acesso ao texto integral.
A6 . Young et al / Estados Unidos da América / Nurse Education in Practice	Qualitativo / 12 estudantes de enfermagem	Construção de cenários simulados, para treino da tomada de decisão. Desenvolver a inteligência emocional.	Não generalizável. Colheita de dados digital. e dados autorrelatados.
A7 . Antoniou et al / Grécia / AIMS Public Health	Quantitativo / 146 estudantes de enfermagem	O uso das redes sociais associa-se a uma menor resiliência enquanto a atividade desportiva e a autoconfiança a maior.	Não generalizável. Amostra reduzida e não aleatória.
A8 . Liu et al / China / BMC Medical Education	Quantitativo / 407 estudantes de enfermagem	A resiliência potencia a literacia em saúde digital.	Não generalizável. Amostra reduzida. Dados autorrelatados.
A9 . Guo et al / China / BMC Medical Education	Quantitativo / 962 Estudantes de Enfermagem	Resiliência é mediador entre a procrastinação académica e a adaptabilidade social.	Não generalizável. Dados autorrelatados.
A10 . Tan et al / China / Nurse Education in Practice	Quantitativo / 644 estudantes de enfermagem	Resiliência essencial para o alcance do êxito académico. Stress afeta negativamente a resiliência. Promoção de autoconfiança e de autocuidado.	Amostra pouco diversificada. Estudo transversal.
A11 . Ang & Lau / Singapura / Nurse Education Today	Quantitativo / 300 estudantes de enfermagem	Desenvolver a inteligência emocional e a capacidade de auto controlo.	Não generalizável. Amostra por conveniência. Estudo transversal

Tabela 1 - Continuação

Autores / País / Revista	Tipo de estudo / Amostra	Principais conclusões	Limitações	sugestões
A12. Galiana et al / Espanha / Nurse Education in Practice	Quantitativo / 324 estudantes de enfermagem	Deve desenvolver-se a autoeficácia e autoconfiança nos estudantes. Influência positiva da autoconfiança e a autoeficácia. São um importante preditor de resiliência.	Não generalizável. Amostra na maioria feminina e reduzida.	Estudos longitudinais. Atender ao género e aumentar amostra. Incluir mais variáveis.
A13. Stubin et al / Estados Unidos da América / Journal of Professional Nursing	Misto / Estudo piloto – Estratégias pedagógicas implementadas no Curso Teórico	Formar profissionais competentes e resilientes. Utilização do sentido de humor, Promover o bem-estar e o autocuidado, com comportamentos saudáveis nos estudantes.	Não refere.	Estratégias de ensino implementadas no currículo, abordando a liderança, resiliência, autocuidado e
A14. Horton & Lawson / Estados Unidos da América / Archives of Psychiatric Nursing	Quantitativo / 277 estudantes de enfermagem	Resiliência é essencial para a superação de obstáculos, alcance do êxito académico e gestão positiva do stress. Estudantes com depressão mais grave parecem ter maior resiliência. Ambientes de aprendizagem personalizados, reflexivos, com mentorias, suporte social e psicológico.	Não generalizável. Desenho transversal e amostra pouco diversificada. Colheita de dados através do digital.	Estudos longitudinais. Comparar a saúde mental dos estudantes e as suas experiências anteriores.
A15. Hwu & Pai / China / Advances in Health Sciences Education	Quantitativo / 134 estudantes de enfermagem	O suporte social influencia positiva e fortemente a resiliência. Fortalecer habilidades sociais, éticas, planeamento e priorização, reflexivas, e sensíveis ao género. Fatores de proteção e resiliência potenciam a decisão ética e menor	Não generalizável. Amostra reduzida. Desenho transversal.	Aumentar a amostra e os contextos. Estudo longitudinal para investigar causalidade.
A16. Labrague / Filipinas / Journal of Professional Nursing	Quantitativo / 265 estudantes de enfermagem	Fomentar a resiliência para aumentar a autoeficácia académica e superação de obstáculos. Forte relação entre resiliência e autoeficácia. . promover mentoria e feedback construtivo	Não generalizável. Dados autorrelatados. Desenho transversal.	Estudo s longitudinais, com integração de outras dimensões como medidas de desempenho e ano de curso
A17. Ning et al / China / Journal of Professional Nursing	Quantitativo / 345 estudantes de enfermagem	Promover a resiliência. Contribuir para uma melhor autoavaliação dos estudantes. Disponibilizar suporte psicológico e ensino sobre técnicas de relaxamento. Capacitar	Não generalizável. Amostra não aleatória e pouco diversificada. Dados	Estudar outras dimensões.
A18. Naz et al / Paquistão / Journal of Research in Nursing	Quantitativo / 160 estudantes de enfermagem	Aprender a adaptar-se às mudanças e desafios académicos. Mitigar o stress. O suporte social influencia positiva e fortemente a resiliência, incluindo a família e os amigos. A resiliência promove bem-estar. Módulos específicos para	Não generalizável. Amostra predominantemente feminina. Dados autorrelatados. Desenho transversal	Abordagem mista, longitudinal e amostra mais diversificada.
A19. Gause et al ^a / África do Sul / BMC Nursing	Qualitativo / 156 estudantes de enfermagem	Desenvolver resiliência desde o início do curso. Proporcionar suporte pessoal e profissional. Aprendizagem colaborativa, mentoria e integrar outras atividades de socialização académica	Amostra sobretudo feminina. Focus grupo pode ser inibidor. Colheita de dados digital.	Amostra mais diversificada.
A20. Gause et al ^b / África do Sul / Nursing Reports	Quantitativo / 123 estudantes de enfermagem	Desenvolver a resiliência desde o início do curso, potenciado pelo suporte social, otimismo, sucesso académico, socialização. Apoio em grupo e individualizado. A resiliência é multifatorial	Não generalizável. Desenho transversal. Colheita dados digital	Estudos longitudinais. Abordagem mista.
A21. Iskender & Karaahmetoglu / Turquia / OMEGA – Journal of Death and Dying	Quantitativo / 270 estudantes de enfermagem	Contributo da resiliência na qualidade dos cuidados prestados e na melhor aceitação da morte. A adversidade promove a resiliência. Trabalhar a morte através de casos e dramatização e escuta ativa	Não generalizável.	Aumentar amostra e incluir outros contextos.

Maria Cristina Pereira,
Universidade Católica Portuguesa, Universidade Politécnica de Santarém, Centro de
Investigação em Qualidade de Vida (CIEQV), Rede de Investigação em Saúde (RISE-
Health),
<http://orcid.org/0000-0002-5715-8883>
s-mcqpereira@ucp.pt.

Carolina Henriques,
Universidade de Leiria e Oeste, Unidade de Investigação em Ciências da Saúde
(UICISA), Centro de Cuidados Inovadores e Tecnologias de Saúde (ciTechCare),
<http://orcid.org/0000-0002-0904-8057>
carolina.henriques@ipleiria.pt.

Amélia Simões Figueiredo,
Universidade Católica Portuguesa, Centro de Investigação Interdisciplinar em Saúde
(CIIS)
<http://orcid.org/0000-0003-2908-4052>
simoefigueiredo@ucp.pt.

Data de submissão: dezembro, 2025

Data de avaliação: janeiro-agosto, 2026

Data de publicação: setembro, 2026