

**O DESENVOLVIMENTO DE HABILIDADES SOCIAIS COMO RECURSO DE
PROMOÇÃO À SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA**

***THE DEVELOPMENT OF SOCIAL SKILLS AS A RESOURCE TO PROMOTE HEALTH AND
QUALITY OF LIFE***

Adriano Luís Alves WATANABE¹

Joice COLERE²

Pollyana Sobenko MARTINS²

RESUMO

Introdução: A concepção de saúde vem sofrendo grandes transformações ao longo dos anos, não representando somente a ausência de doença, mas estando diretamente associada ao conceito de qualidade de vida. Uma forma de promover saúde é através do desenvolvimento de habilidades sociais. Por meio destas podem emergir relações interpessoais saudáveis, enquanto a falta delas pode causar prejuízos relevantes à saúde e qualidade de vida; **Objetivo:** Verificar, através da literatura, evidências de uma possível correlação entre o desenvolvimento de habilidades sociais e a promoção de qualidade de vida e saúde. **Materiais e Métodos:** Foram selecionados 8 artigos em língua portuguesa que apresentavam pesquisas aplicadas, publicados no portal *Scielo - Scientific Electronic Library Online* - entre 2005 e 2020; **Conclusão:** A análise dos artigos selecionados demonstra a correlação entre aspectos de saúde e habilidades sociais nas populações avaliadas. Quando esta é positiva, a autoestima, participação, qualidade de vida e até mesmo a saúde dos participantes pode ser considerada eficiente, enquanto a falta deles os coloca em risco de depressão, maus comportamentos, drogadição, entre outros. Fato que corrobora com o objetivo do presente artigo, além, demonstra a importância de mais estudos e intervenções, visando a melhora das habilidades sociais na população permitindo a aquisição de uma melhor qualidade de vida e saúde em geral.

PALAVRAS-CHAVE: Habilidades Sociais; Qualidade de vida; Saúde

ABSTRACT

Introduction: The concept of health has undergone major changes over the years, not only representing the absence of disease, and being directly associated with the conception of quality of life. One way to promote health is through the development of social skills. Through these, healthy interpersonal relationships can emerge, while the lack of them can cause significant damage to health and quality of life; **Objective:** To verify, through the literature, evidence of a possible correlation between the development of social skills and the promotion of quality of life and health, **Materials and Methods:** 8 articles were selected in Portuguese that presented applied research, published in the *Scielo - Scientific Electronic Library Online* - portal between 2005 and 2020, were selected; **Conclusion:** The analysis of the selected articles demonstrates the correlation between health aspects and social skills in the populations evaluated. A positive correlation suggests superior self-esteem, membership, quality of life and overall health of the participants, while the lack of them increases the

risk for depression, bad behaviors, drug addiction, among others. Therefore, corroborating with the objective of this article, that demonstrates the importance of more studies and interventions, aiming to improve social skills in the population allowing the acquisition of a better quality of life and overall health.

KEYWORDS: social skills, quality of life, health

¹Mestre em Psicologia, Professor na Faculdade Herrero

^{2,3} Estudantes de Psicologia pelo Centro Universitário Campos de Andrade
e-mail de contato (adriano.watanabe@hotmail.com)

1. INTRODUÇÃO

Durante as últimas décadas, o conceito de saúde vem sendo amplamente discutido, e, em consequência do debate, sofrendo transformações. Um dos motivos do debate se deve ao grau de complexidade presente neste conceito. Soma-se a isso que a ideia de saúde foi conceituada a partir de diversas visões de mundo, numa construção social e histórica ¹.

Para a Organização Mundial de Saúde (OMS)², a saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não consiste apenas na ausência de doença ou de enfermidade. Já a saúde mental é vista como um estado de bem-estar no qual um indivíduo percebe suas próprias habilidades, pode lidar com os estresses cotidianos, pode trabalhar produtivamente e é capaz de contribuir para sua comunidade³.

Dentro desta perspectiva faz-se necessário pensar a saúde levando em consideração as várias dimensões, tais como: biológica, comportamental, social, ambiental, política e econômica. Além disso, não somente quando a enfermidade aparece, mas durante todo o processo de desenvolvimento do indivíduo, no sentido não só de tratar ou prevenir doenças, mas sim de promover a saúde em todos os seus aspectos. Nesse contexto, com o intuito de romper com práticas predominantemente curativistas, várias discussões vêm tomando espaço em torno da promoção da saúde^{1, 4}.

A promoção à saúde pode ser entendida primeiramente como direito humano fundamental, que tem por objetivo possibilitar o aumento do controle sobre a própria saúde e seus determinantes. Envolvendo a necessidade da melhoria das condições de vida da população e para o reconhecimento do direito de cidadania e de participação popular, uma vez que a saúde de todos os povos é essencial para conseguir a paz e a segurança^{1, 5-7}.

Posto isso, pode-se observar que estratégias de promoção à saúde também envolvem um cenário multifacetado de aspectos que contribuem para a qualidade de vida e saúde global. Nesta acepção, emergem as habilidades sociais como potenciais promotoras de saúde.

A socialização é algo necessário para a subsistência do ser humano desde o nascimento, pois sem esta interação não teríamos chance de sobreviver. Os principais recursos utilizados no decorrer da vida para as interações sociais são aprendidos, e, portanto, precisam de um ambiente que propicie a internalização destes mecanismos.

Tais recursos podem ser chamado de habilidades sociais e quando desenvolvidos de maneira satisfatória, contribuem decisivamente para o desenvolvimento de relações interpessoais saudáveis e, por consequência, exercem influência considerável na qualidade de vida e saúde mental dos indivíduos. No entanto, é comum que, durante o processo de aprendizagem, ocorram falhas, resultando em déficits importantes de habilidades sociais⁸, levando a problemas de competência social que podem acarretar em dificuldades nas relações interpessoais e gerando prejuízos em diversas áreas da vida dos indivíduos⁸⁻¹⁰.

No que tange os relacionamentos sociais, olhar para os conceitos de habilidades sociais e de competência social é fundamental. Estes dois conceitos estão relacionados, mas não são sinônimos. Cada um deles possui sua especificidade e precisa ser entendido separadamente como em termos da relação entre eles¹⁰.

Não existe consenso na literatura sobre a definição de habilidades sociais. Neste sentido Bolsoni-Silva e Carrera, 2010⁹ dizem que classificar as habilidades sociais (HS) em categorias não é o mesmo que as definir e corroboram com a afirmativa dizendo que determinar HS não constitui tarefa simples.

Pode-se compreender as habilidades sociais como um conjunto de diferentes classes de comportamentos sociais ou repertório social de uma pessoa. Qual permite a adequada expressão de seus sentimentos, desejos, atitudes, opiniões ou seus direitos, em diversos ambientes e situações, seja no âmbito social, familiar e profissional, de forma adaptativa e assertiva. Contribuindo assim para a competência social, favorecendo um relacionamento saudável e produtivo com as demais pessoas e diminuindo a probabilidade do surgimento de dificuldades futuras^{11, 12}.

O conceito de competência social é bastante amplo e refere-se a efetividade do desempenho do indivíduo em uma interação social, ou seja, dos resultados da interação para o indivíduo e para o seu grupo social. Supondo, por princípio a coerência entre o pensar, o sentir e o agir, além de ter um

sentido avaliativo, e essa avaliação deve ocorrer tanto sobre o desempenho como sobre os resultados do desempenho^{10, 13}.

Del Prette, 2017¹⁰ aponta alguns critérios para competência social, que parecem colaborar para a promoção da saúde dos indivíduos e de seus grupos. Indica que para atingir os objetivos da interação social faz-se necessário respeitar o que ele coloca como regra áurea, que é fazer ao outro o que gostaria que ele lhe fizesse, ou seja, recomenda uma interação permeada pela empatia.

Além disso, inclui que a competência social melhora ou amplia o autoconceito e a autoestima dos envolvidos, mantém ou melhora a qualidade da relação social, equilibra as trocas entre os interlocutores e mantém ou amplia os direitos humanos interpessoais¹⁰.

Na perspectiva de a qualidade de vida estar relacionada com a saúde física e mental, olhar para os relacionamentos interpessoais como um fator importante de promoção da saúde faz-se necessário. Pois um bom repertório de habilidades sociais ilustra a qualidade das relações interpessoais, o que contribui para a saúde, satisfação pessoal, realização profissional e qualidade de vida^{14, 15}.

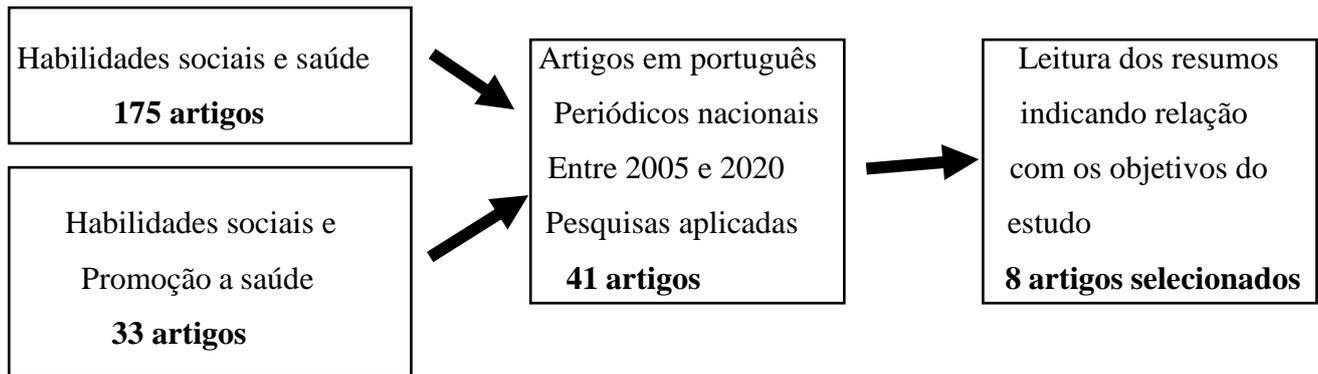
Este estudo tem como objetivo principal encontrar na literatura evidências que apontem que o desenvolvimento de habilidades sociais seja uma estratégia eficaz de promoção a saúde e qualidade de vida, assim como também se propõe a apresentar um breve histórico do conceito de saúde e saúde mental, bem como sua evolução até os dias atuais, conceituar as habilidades sociais e competência social e por fim mostrar a importância da qualidade nas relações sociais na atual concepção saúde e qualidade de vida.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Os artigos para esta revisão de literatura foram pesquisados em setembro de 2020. Para o levantamento inicial utilizou-se a base de dados *Scielo - Scientific Electronic Library Online* - com os indicadores “**habilidades sociais e saúde**” que apresentou 175 artigos e “**habilidades sociais e promoção a saúde**” que apresentou 33 artigos como resultado da busca.

Conforme descrito no fluxograma abaixo, optou-se em incluir na pesquisa apenas os artigos científicos publicados nos últimos 15 anos, ou seja, de 2005 até 2020 e que atendessem aos critérios de serem publicados em periódicos nacionais e em língua portuguesa. Com estes filtros foram selecionados 82 artigos. Optou-se em utilizar apenas as pesquisas aplicadas, não sendo incluídas no

estudo as revisões de literatura, meta-análises e estudos de caso, e foram excluídos os artigos repetidos, com isso chegou-se ao universo de 41 artigos.



Fluxograma 1 – Método para inclusão/exclusão de artigo

Com esta pré-seleção estes pesquisadores realizaram a leitura dos resumos buscando identificar aqueles que mais se aproximavam dos objetivos deste estudo e pela concordância destes. Foram selecionados 8 artigos que atendiam aos critérios propostos e indicavam em seus resumos ter mais relação com os objetivos deste trabalho.

3. RESULTADOS

Os estudos selecionados estão descritos no quadro abaixo a partir do título, autoria, objetivos métodos e resultados pertinentes a este estudo, em ordem cronológica crescente a partir do ano de publicação.

Tabela 1 – Informações da amostra de artigos selecionados

Ano	Título	Autores	Objetivos	Método	Resultados
2007	Qualidade de vida, apoio social e depressão em idosos: relação com habilidades sociais.	Carneiro RS, Falcone E, Clark C, Del Prette Z, Del Prette A.	Comparar as relações entre habilidades sociais, apoio social, qualidade de vida e depressão em idosos	Pesquisa quantitativa correlacional utilizando o IHS-Del-Prette (Z. A. P. Del Prette & A. Del Prette, 2001), WHOQOL-	Idosos do asilo apresentaram um menor repertório de habilidades sociais, uma menor rede de apoio social e uma

			de três diferentes grupos sociais.	ABREVIADO (Fleck et al., 2000) e a Medida de Apoio Social (Chor et al., 2001),	pior qualidade de vida.
2007	Intervenção em grupo para pais: descrição de procedimento.	Bolsoni-Silva AT	Descrever um procedimento em grupo utilizado com mães/cuidadoras de pré-escolares com problemas externalizantes	Delineamento em que cada participante é seu próprio controle. O procedimento contou com 14 encontros e preocupou-se em ampliar práticas educativas positivas, reduzir práticas negativas, reduzir problemas de comportamentos e ampliar habilidades sociais das crianças.	O modelo de intervenção, mais suscinto e efetivo na comparação com os anteriores. Discutem-se os resultados quanto à ampliação dos repertórios de clientes e crianças, bem como as suas implicações para as políticas públicas.
2013	Habilidades sociais e sofrimento psicológico.	Feitosa FB.	O objetivo do presente estudo foi explorar correlações entre habilidades sociais e neuroticismo.	Pesquisa de levantamento com obtenção de uma ampla amostra para posterior análise estatística descritiva e inferencial. Os instrumentos utilizados foram o IHS-Del-Prette (Z. A. P. Del Prette & A. Del Prette, 2001) e Escala Fatorial de Neuroticismo (EFN) (Hutz & Nunes, 2001)	As habilidades sociais de "Conversação e desenvoltura social" foram as que mais se correlacionaram com a escala total de neuroticismo sendo a subescala "Depressão" a que mais se correlacionou com a escala total de repertório social. Concluiu-se que déficits de habilidades sociais tendem a estar

					acompanhados de estados de sofrimento psicológico.
2014	Habilidades sociais e estratégias de enfrentamento de estresse: relação com indicadores de bem-estar psicológico em cuidadores de idosos de alta dependência	Pinto FNFR, Barham EJ.	Investigar habilidades sociais e estratégias de enfrentamento de estresse em cuidadoras de idosos e verificar se elas se correlacionam com medidas de percepção de bem-estar psicológico.	Estudo descritivo de correlação. Foram entrevistadas 20 cuidadoras familiares de idosas de alta dependência, que responderam a um Inventário de Habilidades Sociais, a uma Escala de Estratégias de Enfrentamento de Estresse, a uma Escala de Sobrecarga e a uma Escala da Qualidade da Relação Diádica.	As cuidadoras que relataram usar determinadas habilidades sociais e estratégias de enfrentamento de estresse com maior frequência se percebiam como tendo menos conflitos com a idosa de quem cuidavam e com menor nível de sobrecarga em alguns fatores.
2014	Habilidades Sociais como Preditoras do Envolvimento com Álcool e Outras Drogas	Sá LGC, Del Prette ZAP.	Investigar relações entre habilidades sociais e envolvimento com álcool, crack, maconha e nicotina	Pesquisa correlacional que se utilizou o Inventário de Habilidades Sociais (IHS-Del Prette), de Del Prette e Del Prette (2001) e o Alcohol, Smoking and Substance Involvement Screening Test (ASSIST), na versão em português e Teste de Triagem do Envolvimento com Álcool, Ci-	Os resultados apoiam a hipótese de que déficits no repertório geral de habilidades sociais não são necessariamente uma característica do abuso ou dependência de álcool e outras drogas, mas que classes e contextos específicos podem prever o envolvimento com substâncias.

				garro e Outras Substâncias.	
2016	O Impacto das Habilidades Sociais para a Depressão em Estudantes Universitário	Bolsoni-Silva AT, Loureiro SR.	Comparar as habilidades sociais e as percepções de consequências nas interações de universitários com depressão em relação a um grupo não clínico.	Estudo quantitativo comparativo levando em conta dados demográficos sexo, trabalho e idade. Os instrumentos utilizados foram Questionário de Avaliação de Habilidades Sociais e Contextos para Universitários – QHC-Universitários, Inventário de Habilidades Sociais-IHS-Del-Prette (Del Prette & Del Prette, 2001), Inventário de Depressão de Beck (BDI) e Entrevista Clínica Estruturada para o DSM-IV (SCID-I – versão clínica – Del-Ben et al., 2001).	Constatou-se diferenças significativas em comunicação, afeto, expressar sentimentos negativos, lidar com críticas e falar em público. O grupo com depressão relatou mais consequências e sentimentos negativos nas interações sociais.
2018	Psicologia Clínica e Cultura Relações entre depressão, habilidades sociais, sexo e nível socioeconômico em grandes	Campos JR, Del Prette ZAP, Del Pretter A.	Comparar uma amostra geral de adolescentes obtida por conveniência, em relação à mesma amostra, porém, sem participantes com indicadores de depressão, visando verificar o impacto	Estudo comparativo de uma amostra geral de adolescentes em relação à mesma amostra, porém, sem os participantes com indicadores de depressão. Utilizou-se o Inventário de Habilidades Sociais	Houve rebaixamento do escore global, das habilidades sociais de empatia e autocontrole, na amostra feminina. Não houve diferença estatisticamente significativa quanto

	amostras de adolescentes		desse controle sobre os escores de habilidades sociais e a influência do sexo e do NSE sobre os resultados		de Adolescentes e ao nível de Inventário de Depressão Infantil (Children Depression's Inventory [CDI]) e Critério Brasil (CCEB, Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa)		socioeconômico.
2019	Avaliação de uma intervenção psicoeducacional para o desenvolvimento de habilidades sociais e comunicação em ingressantes de medicina em uma universidade bilíngue.	Zazula R, Appenzeller, S	O objetivo do presente estudo foi avaliar uma intervenção psicoeducacional focada no desenvolvimento de habilidades sociais em acadêmicos ingressantes do curso de medicina em uma instituição de ensino superior bilíngue.	A intervenção psicoeducacional foi realizada em uma disciplina obrigatória do primeiro período, com acadêmicos do Brasil e de outros países da América Latina. A intervenção foi realizada durante sete sessões com frequência quinzenal, cujos objetivos envolveram o conhecimento teórico sobre a comunicação e o relacionamento interpessoal no contexto profissional e acadêmico, padrões de relacionamento interpessoal, trabalho em equipe e resolução de conflitos interpessoais.	Foi identificado aumento significativo nos escores médios totais em relação a habilidades sociais, comunicação e vivências acadêmicas. O estudo demonstrou a importância de intervenções curtas e precoces como meio de desenvolver habilidades sociais e de comunicação.		

4. DISCUSSÃO

Analisando as práticas educativas na perspectiva das habilidades sociais, há evidências de que intervenções com pais, com a finalidade de promover habilidades sociais educativas são imprescindíveis à prevenção e à redução de problemas de comportamento em crianças, de forma a evitar dificuldades escolares e de socialização e também prevenir a delinquência juvenil. Por consequência as habilidades sociais educativas são um fator que tem influência direta não só para a criança que é sujeitada à estas práticas, mas na qualidade de vida de toda a família¹⁶.

Em um estudo comparativo sobre habilidades sociais, o apoio social, a qualidade de vida e a depressão de idosos provenientes de contextos familiares e de asilos¹⁷, confirmou as relações existentes entre habilidades sociais, apoio social e qualidade de vida na terceira idade. Os idosos que conviviam com sua família e não estavam institucionalizados apresentaram níveis significativamente mais elevados de habilidades sociais, de apoio social e de qualidade de vida em comparação com os que os que viviam em asilo, os quais, por sua vez, apresentaram níveis significativamente mais elevados de depressão. Os autores ainda destacam que os resultados encontrados fortalecem os estudos que sugerem que as habilidades sociais são um componente importante para a qualidade de vida e a saúde dos idosos. Assim como, da mesma maneira, as deficiências em habilidades sociais indicam ser um fator de risco para a baixa qualidade de vida e para a depressão em indivíduos da terceira idade.

Estudando cuidadores de idosos, constatou-se que quanto mais as cuidadoras relatavam expressar sentimentos positivos, menos afirmavam existir conflitos na relação com as idosas. Além disso, o estudo apontou também que quanto maior a percepção de autocontrole por parte da profissional, menor impacto percebido pela mesma nos relacionamentos com outras pessoas após assumirem essa função. Outro fator que diminuía os conflitos entre essas profissionais e os idosos era o comportamento das cuidadoras de solicitar mudança de conduta⁸.

Os comportamentos, por parte dos profissionais, de solicitar ajuda auxiliavam a ter uma menor percepção de conflitos e percepção mais positiva de autoeficácia. Bem como as que relatavam recusarem-se a atender pedidos abusivos tinham percepção mais positiva em relação a pessoa cuidada. Nesta mesma linha, porém analisando de uma outra perspectiva¹⁸, profissionais sem habilidades sociais tendem a apresentar elevadas frequências de conflitos interpessoais e negligência na realização de tarefas.

Estes resultados corroboram com o estudo de Feitosa, 2013¹⁹, que avaliando estudantes universitários, encontrou correlação negativa entre habilidades sociais de conversação e problemas relacionados à autoconfiança e autoestima, ou seja, quanto mais desenvolvidas as habilidades sociais de conversação menores os problemas relacionados a autoconfiança e autoestima. Neste mesmo estudo o autor aponta que as habilidades sociais de conversação e desenvoltura social foram as que mais se correlacionaram inversamente com o neuroticismo e, principalmente, com a vulnerabilidade social. Na amostra deste estudo, quanto menor foi a vulnerabilidade social, mais elaborado foi o repertório social da amostra.

Ainda neste mesmo artigo¹⁹, o autor diz que analisando os dados encontrados por ele de uma outra perspectiva, pessoas que apresentaram mais medo de críticas e insegurança, baixa autoestima, mais dificuldades de tomar decisões e ainda medo do afastamento dos outros (vulnerabilidade) tenderam a ter mais dificuldades na conversação. Por fim, aponta, que diante do resultado de sua pesquisa, um estado geral de sofrimento emocional nas pessoas com baixa autoestima e tendência social evitativa, vendo a promoção de habilidades sociais junto a essas pessoas como recurso para aumentar sua qualidade de vida¹⁹.

Estudando uma amostra de 128 universitários²⁰, sendo 64 com depressão em relação a um grupo não clínico também de 64 estudantes, para verificar o valor preditivo das habilidades sociais em quadros depressivos, os pesquisadores identificaram que a frequência e a qualidade de habilidades sociais dos universitários diferenciaram os grupos com e sem depressão. Desde comportamentos, que aparentemente, envolviam menos complexidade, como conversar e expressar afeto, a comportamentos que exigiam maior assertividade, como no caso de expressar sentimentos negativos, opiniões e lidar com críticas de maneira geral. Nesse sentido, o grupo clínico apresentou maiores médias em comportamento não habilidoso, consequência negativa e sentimento negativo. Já o grupo não clínico teve maiores médias em comportamento habilidoso, consequência positiva e sentimentos positivos, além de o grupo não clínico ter interações em maior número de situações na comparação com o clínico. Os resultados obtidos neste estudo confirmaram a associação de déficits em habilidades sociais e depressão.

Em outro estudo²¹ que comparou uma amostra geral de 642 adolescentes em relação à mesma amostra, porém, sem os participantes com indicadores de depressão (539 adolescentes), buscando verificar o impacto desse controle no que se refere as habilidades sociais, o sexo e o nível socioeconômico. As autoras, ao analisarem, separadamente, a amostra feminina que continha

respondentes com indicadores de depressão, indicaram que as participantes apresentaram escores de habilidades sociais mais baixos, em particular, os escores de empatia e autocontrole.

Estudando relações entre habilidades sociais e envolvimento com álcool, crack, maconha e nicotina²², em uma amostra composta por 47 pessoas admitidas em tratamento ambulatorial por abuso ou dependência dessas drogas, encontraram-se evidências da existência de relação entre habilidades sociais e envolvimento com álcool e outras drogas. Os resultados indicaram que todas as correlações significativas entre habilidades sociais e envolvimento com álcool foram negativas, permitindo supor que, quanto maior repertório de determinadas habilidades sociais, menor envolvimento com álcool havia nesta amostra. Com isso, concluíram que uma maneira (certamente não a única) de reduzir o envolvimento com álcool seria promover determinadas habilidades sociais especificamente associadas a esses envoltimentos. Assim como, a realização de intervenções em dependentes químicos, planejadas para incluir o ensino de comportamentos socialmente habilidosos, permitem esperar maiores probabilidades de sucesso²².

Os estudos selecionados são em sua maioria produzidos na última década, sendo apenas 2 deles produzidos antes do ano de 2010. Quando se trata de avaliação de habilidades sociais, 6 artigos fazem uso do Inventário de Habilidades Sociais (IHS)²³ para avaliar o nível de habilidades sociais dos participantes.

Além disso, apresentam a relação entre habilidades sociais e aspectos ligados à saúde. Também mostram que uma forma de promoção a saúde pode ser o desenvolvimento de habilidades sociais nas populações estudadas.

Por mais que se utilizem de metodologias e populações distintas os resultados dos artigos analisados apontam para uma correlação entre habilidades sociais mais desenvolvidas e melhores resultados nas relações parentais, desempenho no trabalho, menos sintomas depressivos melhor desempenho nas relações interpessoais no trabalho, dentre outros benefícios que têm influência direta na saúde e qualidade de vida dos indivíduos. Todos os estudos, em alguma medida, indicaram que as habilidades sociais mais desenvolvidas podem ser um fator de promoção e proteção a saúde e qualidade de vida.

Em sua maioria os estudos se utilizam do Inventário de Habilidades Sociais²³ como instrumento de avaliação das habilidades sociais, indicando ser o principal instrumento utilizado para este fim.

Por fim, as pesquisas mostram também que as relações interpessoais tem uma relação direta com a saúde e qualidade de vida, corroborando com o conceito de saúde utilizado pela OMS².

5. CONCLUSÃO

Com base nas pesquisas utilizadas neste estudo, é possível afirmar que o desenvolvimento das habilidades sociais pode ser um importante meio de promoção à saúde e qualidade de vida da população, independente do contexto aplicado.

Novos estudos, com objetivos específicos de avaliar o desenvolvimento de habilidades sociais e a melhora na competência social como um recurso na promoção à saúde e qualidade de vida da população em geral, podem impulsionar a utilização deste tipo de intervenção para a promoção da saúde e facilitar a sua utilização em políticas públicas de saúde para todos os públicos.

6. REFERÊNCIAS

1. Neto C, Dendasck C, Oliveira E. A evolução histórica da Saúde Pública. *Rev. Cient. Multi. Núcleo do Conhecimento*. 2016; 1: 52-67.
2. OMS. Constituição da Organização Mundial da Saúde (OMS/WHO). 1946; Disponível em: <http://www.direitoshumanos.usp.br/index.php/OMS-Organiza%C3%A7%C3%A3o-Mundial-da-Sa%C3%BAde/constituicao-da-organizacao-mundial-da-saude-omswho.html>
3. World Health Organization [Internet]. Mental health: a state of well-bein. 2014. [cited 2020 Set 28]. Available from: http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/en/
4. Bezerra IMP, Sorpresso ICE. Conceitos de saúde e movimentos de promoção da saúde em busca da reorientação de práticas. *J. Hum. Growth Dev.* 2016; 26: 11-20.
5. Buss PM, Filho AP. A Saúde e seus Determinantes Sociais. *Rev. Saúde Coletiva*. 2007; 17(1): 77-93.
6. Silva RM, Araujo MAL. Promoção da saúde no contexto interdisciplinar. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde*. 2007; 20(3): 141-142.
7. Guimarães G, Aerts D, Câmara SG. A escola promotora da saúde e o desenvolvimento de habilidades sociais. *Rev. da Sociedade de Psico. RS*. 2012; 12(2): 88-95.
8. Pinto FNFR, Barham EJ. Habilidades sociais e estratégias de enfrentamento de estresse: relação com indicadores de bem-estar psicológico em cuidadores de idosos de alta dependência. *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.* 2014; 17(3): 525-539.
9. Bolsoni-Silva AT, Carrara K. Habilidades sociais e análise do comportamento: compatibilidades e dissensões conceitual-metodológicas. *Psicol. rev. (Belo Horizonte)*. 2010; 16(2): 330-350.
10. Del Prette ZAP, Del Prette A, Alexandre V. Habilidades sociais e competência social para uma vida melhor [Internet]. São Carlos: SciELO – EdUFSCar; 2017 [cited 2020 Set 28]. Available from: <http://www.jstor.org/stable/10.7476/9786580216161.4>

11. Caballo VE. Manual de avaliação e treinamento das habilidades sociais. São Paulo: Santos. 2003.
12. Del Prette ZAP, Del Prette A. Um sistema de categorias de habilidades sociais educativas. *Paidéia* (Ribeirão Preto). 2008; 18 (41): 517-530.
13. Sapienza G, Aznar-Farias M, Silveiras EFM. Competência Social e práticas educativas parentais em adolescentes com alto e baixo rendimento acadêmico. *Psicol. Reflex. Crit.* 2009; 22 (2): 208-213.
14. Del Prette ZAP, Del Prette A. Social Skills Inventory (SSI-Del-Prette): Characteristics and studies in Brazil. In: Osório FL, organizador. *Social Anxiety Disorders: from theory to practice*. Nova Iorque: Nova Science Publishers; 2013. p. 49-62.
15. Falcone EM. Habilidades sociais: Para além da assertividade. In: Wielenska, RC (Org.). *Sobre comportamento e cognição: questionando e ampliando a teoria e as intervenções clínicas e em outros contextos*. 2001; 6: 211-221.
16. Bolsoni-Silva AT. Intervenção em grupo para pais: descrição de procedimento. *Temas psicol.* 2007; 15(2): 217-235.
17. Carneiro RS, Falcone E, Clark C, Del Prette Z, Del Prette A. Qualidade de vida, apoio social e depressão em idosos: relação com habilidades sociais. *Psicologia: Reflexão e Crítica*. 2007; 20(2): 229-237.
18. Zazula R, Appenzeller, S. Avaliação de uma intervenção psicoeducacional para o desenvolvimento de habilidades sociais e comunicação em ingressantes de medicina em uma universidade bilíngue. *Temas psicol.* 2019; 27(3): 749-762.
19. Feitosa FB. Habilidades sociais e sofrimento psicológico. *Arq. bras. psicol.* 2013; 65(1): 38-50.
20. Bolsoni-Silva AT, Loureiro SR. O Impacto das Habilidades Sociais para a Depressão em Estudantes Universitários. *Pisc. Teor. e Pesq.* 2016; 32(4): 1-8.
21. Campos JR, Del Prette ZAP, Del Prette A. Psicologia Clínica e Cultura Relações entre depressão, habilidades sociais, sexo e nível socioeconômico em grandes amostras de adolescentes. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*. 2018; 34.
22. Sá LGC, Del Prette ZAP. Habilidades Sociais como Predictoras do Envolvimento com Álcool e Outras Drogas: Um estudo exploratório. *Interação Psicol.* 2014; 18(2): 167-178.
23. Del Prette ZAP, Del Prette A. *Inventário de Habilidades Sociais (IHS-Del-Prette)*. 1ª edição. São Paulo: Casa do Psicólogo. 2001. p.46