

**A TRÍADE DO EMPREENDEDOR RICU: SAÚDE, BEM-ESTAR E QUALIDADE DE VIDA EM EMPREENDEDORES NA ASSOCIAÇÃO COMERCIAL E EMPRESARIAL DE CARUARU - ACIC-PE - UMA ANÁLISE QUANTITATIVA DE PESQUISA DE CAMPO**

THE TRIAD OF THE RICU ENTREPRENEUR: HEALTH, WELL-BEING, AND QUALITY OF LIFE AMONG ENTREPRENEURS OF THE COMMERCIAL AND BUSINESS ASSOCIATION OF CARUARU – ACIC-PE: A QUANTITATIVE FIELD RESEARCH ANALYSIS

LA TRÍADA DEL EMPREENDEDOR RICU: SALUD, BIENESTAR Y CALIDAD DE VIDA EN EMPREENDEDORES DE LA ASOCIACIÓN COMERCIAL Y EMPRESARIAL DE CARUARU – ACIC-PE: UN ANÁLISIS CUANTITATIVO DE INVESTIGACIÓN DE CAMPO

**Francisco de Oliveira da Silva**  
**Orientadora: Dra. Renata Cristina Pereira Queiroz**

## RESUMO

O artigo, a tríade do empreendedor ricu na ACIC-PE, analisa a saúde, o bem-estar e a qualidade de vida de empreendedores associados, à luz do método RICU (Resultado do Comportamento Unificado), uma abordagem contemporânea de integração comportamental. A pesquisa, investigou 102 empreendedores, avaliando dimensões centrais: saúde integral, equilíbrio emocional, espiritualidade, profissional, financeiro e familiar e nível de satisfação com a vida. Uma combinação de aporte teórico recente em psicologia positiva, neurociência comportamental, liderança empreendedora e reprogramação cognitiva. Os resultados demonstraram níveis elevados de sobrecarga mental, dificuldades de gestão emocional e impactos no bem-estar decorrentes de jornadas extensas de trabalho, ao mesmo tempo em que evidenciaram forte presença de resiliência, senso de propósito, espiritualidade e desejo de crescimento pessoal. Conclui-se que a tríade do empreendedor RICU — saúde integral, bem-estar e qualidade de vida — constitui um modelo capaz de orientar estratégias de intervenção prática e sustentável para empreendedores em ambientes competitivos.

**Palavras-chave:** Empreendedorismo; qualidade de vida; comportamento; saúde integral; bem-estar.

## ABSTRACT

The article, “The Triad of the RICU Entrepreneur at ACIC-PE,” analyzes the health, well-being, and quality of life of associated entrepreneurs in light of the RICU method (Unified Behavior Result), a contemporary approach to behavioral integration. The study investigated 102 entrepreneurs, evaluating central dimensions such as integral health, emotional balance, spirituality, professional and financial domains, family relationships, and overall life satisfaction. The theoretical framework combines recent contributions from positive psychology, behavioral neuroscience, entrepreneurial leadership, and cognitive reprogramming. The results revealed high levels of mental overload, difficulties in emotional management, and impacts on well-being resulting from long working hours, while simultaneously indicating strong resilience, a sense of purpose, spirituality, and a desire for personal growth. It is concluded that the RICU entrepreneur triad—integral health, well-being, and quality of life—constitutes a model capable of guiding practical and sustainable intervention strategies for entrepreneurs in competitive environments.

**Keywords:** Entrepreneurship; quality of life; behavior; integral health; well-being.

## RESUMEN

El artículo, “La Tríada del Emprendedor RICU en la ACIC-PE”, analiza la salud, el bienestar y la calidad de vida de los emprendedores asociados, a la luz del método RICU (Resultado del Comportamiento Unificado), un enfoque contemporáneo de integración del comportamiento. La investigación examinó a 102 emprendedores, evaluando dimensiones centrales como salud integral, equilibrio emocional, espiritualidad, aspectos profesionales y financieros, relaciones familiares y nivel de satisfacción con la vida. El marco teórico combina aportes recientes de la psicología positiva, la neurociencia del comportamiento, el liderazgo emprendedor y la reprogramación cognitiva. Los resultados demostraron altos niveles de sobrecarga mental, dificultades en la gestión emocional e impactos en el bienestar derivados de largas jornadas de trabajo, al mismo tiempo que evidenciaron una fuerte presencia de resiliencia, sentido de propósito, espiritualidad y deseo de crecimiento personal. Se concluye que la tríada del emprendedor RICU —salud integral, bienestar y calidad de vida— constituye un modelo capaz de orientar estrategias de intervención prácticas y sostenibles para emprendedores en entornos competitivos.

**Palabras clave:** Emprendimiento; calidad de vida; comportamiento; salud integral; bienestar.

## 1 INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, o ecossistema empreendedor brasileiro tem experimentado um crescimento acelerado, impulsionado por demandas de inovação, competitividade, digitalização e necessidade de adaptação contínua (SEBRAE, 2022). Empreendedores apresentam maior propensão ao estresse crônico, ansiedade, redução de qualidade de vida e riscos associados à saúde integral (Nieminen *et al.*, 2023; Stephan *et al.*, 2022).

Nesse contexto empresarial, nasce, se consolida e cresce o Método RICU – Resultado do Comportamento Unificado, uma abordagem de desenvolvimento baseada na integração de sete áreas fundamentais: espiritual, saúde, emocional, contribuição social, profissional, financeira e familiar. O RICU assume que o comportamento humano produz resultados proporcionais ao grau de integração entre essas áreas, enfatizando que o empreendedor é um ecossistema vivo e interdependente.

O presente estudo desenvolve uma análise quantitativa sobre a tríade fundamental do empreendedor RICU: saúde, bem-estar e qualidade de vida, investigando a realidade de empreendedores associados à ACIC-PE. A escolha desse público fundamenta-se na relevância regional da instituição e na representatividade socioeconômica do polo empresarial de Caruaru. Assim, esta pesquisa busca responder à seguinte questão: “Quais são os níveis de saúde, bem-estar e qualidade de vida dos empreendedores, e como esses indicadores dialogam com o modelo de resultado do Comportamento unificado(RICU)?” O estudo justifica-se pela necessidade crescente de instrumentos que auxiliem empreendedores a construir rotinas saudáveis, ambientes psicológicos equilibrados e maior consciência comportamental, integrando achados recentes da psicologia positiva (Seligman, 2023), neurociência dos hábitos (Fogg, 2021; Mendelsohn, 2022) e modelos de autorregulação emocional.

## 2 REFERENCIAL TEÓRICO

### 2.1 A tríade do empreendedor RICU: Saúde, bem-estar e qualidade de vida e as abordagens que dialogam com ela

A tríade proposta pelo Método RICU - Resultado do Comportamento Unificado - saúde integral, bem-estar e qualidade de vida — exige um diálogo interdisciplinar que articule saberes filosóficos, teóricos e pedagógicos. Três linhas de pensamento estabelecem aporte conceitual e prático compatível com os princípios do RICU: (a) a abordagem cristã-Socrática (diálogo reflexivo, ética e propósito); (b) a psicologia positiva-evolutiva (intervenções baseadas em forças, sentido e resiliência) e (c) a abordagem cartesiana / pedagogia do fazer (estrutura racional associada à aprendizagem experiencial). A seguir a análise sobre cada uma, apontando evidências empíricas e implicações práticas para intervenções do modelo RICU.

### 2.2 Abordagem cristã-socrática, diálogo, reflexão e mudança: Conceito e aporte teórico

A abordagem cristã-socrática combina duas tradições: o método socrático — centrado em questionamentos dialógicos que promovem metacognição e revisão de crenças e a tradição cristã de significado e serviço, que enfatiza propósito, transcendência ética e práticas espirituais.

Esses achados sustentam a ideia de que práticas espirituais deliberadas (oração, reflexão, comunidade) podem contribuir para a coerência entre valores e comportamentos, vistos nas implicações práticas: a. Utilizar o questionamento socrático em mentorias para revelar dissonâncias entre valores e ações; b. Integrar práticas espirituais (ritual breve, reflexão matinal) como âncoras de propósito; e c. Promover pequenos experimentos reflexivos (diário guiado, perguntas poderosas) para reconciliação entre crença e comportamento.

### **2.3 Psicologia positiva-evolutiva: Conceito e evolução recente**

A psicologia positiva, em sua fase mais recente (por vezes chamada de Positive Psychology 2.0 ou evolutiva), amplia o foco de “emoções positivas” para processos dinâmicos de crescimento, resiliência pós-trauma, sentido e forças de caráter aplicadas ao contexto organizacional e de trabalho. Meta-análises recentes demonstram que intervenções positivas estruturadas (PPIs) em ambiente de trabalho promovem aumentos moderados em bem-estar e desempenho, além de redução de sintomas de estresse quando aplicadas consistentemente.

### **2.4 Abordagem cartesiana / pedagogia do fazer (Waldorf) — razão e aprendizagem experiencial: Conceituação integrada**

Aqui a proposta articula a clareza analítica cartesiana (estrutura, decomposição de problemas, método) com a ênfase na aprendizagem prática e experiencial (Waldorf, Kolb) — ou seja, unir planejamento racional a execução vivida e criativa. A aprendizagem experiencial tem ampla evidência de eficácia em retenção, motivação e desenvolvimento de competências socioemocionais. Revisões recentes mostram impacto positivo de metodologias ativas (aprendizagem baseada em projetos, aprendizagem experiencial) em aumento de autoeficácia, resolução de problemas e transferência de competências para contextos reais — resultados críticos para empreendedores que precisam converter conhecimento em ação e escalar processos.

As estatísticas relevantes (Brasil / empreendedores) — razão para intervenção seguem as estatísticas nacionais recentes sobre saúde mental e empreendedores: a. Impacto da pandemia sobre empreendedores: pesquisa do Sebrae indica que 51,1% dos empreendedores afirmaram que a pandemia afetou suas vidas; 24,9% foram muito afetados; 15,6% relataram início de uso de medicação (ansiolíticos/antidepressivos) no período. Esses indicadores evidenciam vulnerabilidade mental entre empresários e a necessidade de intervenções direcionadas; b. Burnout e saúde mental: Materiais do Sebrae e relatórios setoriais

alertam para crescimento de queixas relacionadas ao estresse e burnout entre empreendedores, recomendando estratégias de prevenção e promoção de bem-estar; e c. Tendência nacional de estresse: Relatórios de monitoramento apontam que em 2024 aproximadamente 31% dos brasileiros mencionaram estresse como um dos principais problemas de saúde — sinal de pressão populacional que também ressoa entre empreendedores.

Esses números conferem urgência à implementação de programas integrados (como RICU) que atuem em múltiplas frentes (psicológica, comportamental, espiritual e emocional). A convergência entre as três abordagens gera um arcabouço de intervenção robusto: Diagnóstico reflexivo — uso de perguntas-âncora para mapear dissonâncias entre valores e prática; Intervenções de fortalecimento — programas de 4–8 semanas com exercícios de gratidão, forças, sentido e resiliência, avaliados por métricas de bem-estar; Ciclos de ação e aprendizagem — micro-experimentos e Ciclo de Kolb para transformar insights em hábitos e processos escaláveis.

## **2.5 Uma boa prática**

Estruturar um protocolo RICU de 12 semanas combinando (a) sessões de questionamento socrático, (b) módulos PPI semanais e (c) laboratórios de ação (projetos práticos) com avaliação pré-pós (satisfação com a vida, burnout, engajamento), maximiza probabilidade de mudança sustentável, reduz sobrecarga e promove saúde integral, qualidade de vida e bem-estar

Sintetizando, a abordagem cristã-socrática propõe mudança comportamental pela reflexão profunda e pelo alinhamento ético-espiritual. A pedagogia do fazer reforça que o conhecimento se consolida pela prática, alinhando-se a modelos modernos de aprendizagem experiencial (Kolb revisitado, Dunn, 2022).

Tabela 1 - Modelos de aprendizagem

<b>Teoria</b>	<b>Contribuição central</b>	<b>Evidência contemporânea</b>
Cristã-Socrática	Reflexão profunda ética + propósito	+ Espiritualidade melhora bem-estar e resiliência
Psicologia Positiva-Evolutiva	Crescimento, evolução emocional	forças, Intervenções aumentam felicidade e saúde mental
Pedagogia do Fazer (Waldorf/Cartesiana)	Aprender pela prática, embodied learning	Ação prática melhora aprendizado e autoeficácia

Fonte: Elaborado pelo autor (2025).

## 3 A TRÍADE DO MÉTODO RICU: SAÚDE, BEM-ESTAR E QUALIDADE DE VIDA NO VIVER EMPREENDEDOR

### 3.1 Resultado do comportamento unificado: Dialogando com a realização do propósito

O princípio central do Método RICU afirma que todo resultado é consequência direta da unificação do comportamento, ou seja, da coerência entre pensamentos, emoções, ações, valores e propósito. Essa visão encontra forte suporte nas pesquisas contemporâneas sobre autorregulação, hábitos, coerência de vida e comportamento humano. Autores da psicologia contemporânea destacam que o desempenho humano é maximizado quando existe alinhamento interno — cognitivo, emocional e comportamental. A Teoria da Autodeterminação, por exemplo, demonstra que a integração entre valores pessoais e ações diárias promove motivação autônoma e resultados sustentáveis (Ryan; Deci, 2023).

Além disso, estudos de neurociência comportamental confirmam que comportamentos consistentes ao longo do tempo criam estabilidade neural,

favorecendo decisões mais eficazes, menor desgaste mental e maior longevidade emocional (Mendes; Ferrari, 2022). A ideia de “comportamento unificado” também ecoa nos modelos de coerência de vida espiritual e emocional: pesquisas recentes mostram que integrar propósito, espiritualidade, emoções e ações práticas aumenta resiliência e bem-estar (Pargament, 2024). No RICU, o “Resultado do Comportamento Unificado” significa que a integração entre propósito, identidade, emoções e hábitos gera resultados mais consistentes e sustentáveis, alinhados aos princípios contemporâneos de psicologia positiva, neurociência e espiritualidade aplicada.

### 3.2 Método RICU — estrutura e processo

O Método RICU funciona como uma abordagem sistêmica e integrada de desenvolvimento humano, combinando análises comportamentais, ressignificação cognitiva, espiritualidade saudável, neurociência dos hábitos e psicologia positiva evolutiva. O método parte da premissa de que mudança sustentável exige: Clareza de identidade e propósito; Alinhamento emocional e mental; Estratégias práticas e comportamentais consistentes; Monitoramento contínuo do progresso

Pesquisas atuais confirmam que intervenções estruturadas, que combinam psicologia positiva, reestruturação cognitiva e mudanças de hábito, são mais eficazes do que abordagens isoladas (Martínez-Martínez *et al.*, 2024). Da mesma forma, modelos processuais de mudança — como o Behavior Design (Fogg, 2020/2021) — evidenciam que sistemas estruturados geram resultados repetíveis, reforçando a tese do RICU: mudança não é aleatória, é método + prática + consistência.

Além disso, estudos sobre “integração comportamental” mostram que indivíduos que operam com visão sistêmica e alinhamento multidimensional apresentam melhor desempenho e menor exaustão psicológica (Stephan *et al.*, 2022). O Método RICU estrutura-se como um processo integrativo, sistêmico e

multidimensional, apoiado em teorias contemporâneas de comportamento, emoção e espiritualidade, para gerar transformação pessoal e profissional.

### **3.3 Resultado do Empreendedor RICU – Unificação das estratégias, ferramentas e processos**

No contexto do RICU, não se limita ao conceito financeiro, mas envolve abundância integral: emocional, espiritual, relacional, profissional e física.

A literatura recente reforça que resultados abundantes surgem quando existe: Coerência interna (valores + ações); Estratégia clara e executável; Ferramentas adequadas (hábitos, rotinas, ambiente); Processo contínuo (revisão, ajuste, expansão)

Segundo Seligman (2023), a prosperidade integral resulta da soma entre sentido de vida, emoções positivas, engajamento, relacionamentos saudáveis e realização — elementos que se alinham com os componentes do RICU.

Da mesma forma, estudos sobre *lifelong development* mostram que a abundância emocional e psicológica depende de práticas de autoconsciência, crescimento contínuo e construção de redes significativas (Boniwell; Osin, 2022).

Na dimensão comportamental, a unificação de estratégias e ferramentas é sustentada por pesquisas que comprovam que *sistemas integrados de ação* produzem resultados exponenciais no longo prazo (Clear, 2021). O “Resultado Abundante” do RICU representa o estado em que o indivíduo opera com congruência, clareza, resiliência e propósito, utilizando estratégias integradas para prosperar em todas as áreas da vida.

### 3.4 Fundamentos neurocomportamentais na tríade do empreendedor: Psicossocial, neurociência e o modelo RICU para saúde, qualidade de vida e bem-estar.

- O Empreendedor contemporâneo e os desafios psicossociais: Empreendedores enfrentam jornadas extensas, pressões financeiras, instabilidade de mercado e elevada carga cognitiva, fatores associados ao aumento de burnout e sintomas ansiosos (Nieminen *et al.*, 2023). Estudos recentes demonstram que empreender implica lidar com riscos emocionais e comportamentais, que influenciam diretamente desempenho, tomada de decisão e longevidade dos negócios (Stephan *et al.*, 2022);
- Psicologia positiva e bem-estar em empreendedores: A psicologia positiva avançou significativamente ao identificar fatores como otimismo, engajamento, relações positivas, sentido e realização (PERMA) como preditores de bem-estar e produtividade (Seligman, 2023). Intervenções de psicologia positiva demonstram eficácia em aumento de satisfação com a vida e redução de sintomas estressores (Martínez-Martínez *et al.*, 2024);
- Neurociência do comportamento e hábitos empreendedores: Pesquisas recentes comprovam que a construção de hábitos saudáveis influencia tomada de decisão, foco, autorregulação emocional e produtividade (Fogg, 2021; Mendelsohn, 2022). O comportamento empreendedor, portanto, depende de estruturas neuropsicológicas moldáveis a partir da repetição, contexto ambiental e significado pessoal;

- O Modelo RICU – Resultado do Comportamento Unificado: O modelo RICU, é um método que propõe ao empreendedor de alta performance que ele precisa unificar comportamento, propósito, espiritualidade, saúde integral, emocional e planejamento estratégico para alcançar equilíbrio biopsicossocioespiritual. Sua premissa central: “Resultados são frutos do comportamento unificado com o propósito”, alinhando prática-ponte-propósito, potencializando: mente, emoções, crenças, decisões. É esse o significado de “ajustar o comportamento ao propósito de forma constante”. Russo-Netzer *et al.* (2024) mostraram que engajar-se em comportamentos alinhados aos próprios valores (“value-aligned behaviors”) pode promover bem-estar sustentável, indicando que a prática consciente de ações com sentido valorativo é um caminho para ajustar o comportamento ao propósito de vida.

Os estudos de Wang, H., *et al.* (2025) investigaram atributos de metas (“goal attributes”), crenças motivacionais e autorregulação, e encontraram que configurações de metas que refletem propósito (como autoeficácia, metas de domínio) são suficientes para sustentar autorregulação elevada, o que reforça a ideia de que metas profundamente conectadas com os valores pessoais ajudam a manter comportamentos consistentes e alinhados ao propósito.

Na literatura dos autores Von der Mülbe (2024) expandiu o entendimento de regulação motivacional, mostrando que uma regulação adaptativa (que inclui a definição de objetivos congruentes com os valores) está associada a um comportamento mais dirigido e um engajamento emocional-cognitivo mais profundo — o que implica ajuste contínuo entre valores (propósito) e comportamento e Isham *et al.* (2023) destacam que práticas que fomentam conexão com valores mais elevados (por exemplo, propósito, sentido de transcendência) promovem bem-estar sustentável, sugerindo que o alinhamento constante entre comportamento prático e valores existenciais contribui para a resiliência e equilíbrio psicológico.

### **3.5 Saúde integral e bem-estar empreendedor**

A literatura recente destaca que programas de bem-estar que integram saúde física, hábitos mentais, espiritualidade e resiliência apresentam maior eficácia em empreendedores que aqueles focados apenas em práticas isoladas (González *et al.*, 2021; Weber, 2024).

## **4 METODOLOGIA**

A pesquisa caracteriza-se como quantitativa, descritiva e aplicada. Participaram 102 empreendedores associados à ACIC-PE. Aplicou-se um questionário estruturado que avaliou 26 situações de saúde, qualidade de vida e bem-estar avaliando as dimensões na vida empreendedora, estudado no método RICU (Resultado do Comportamento Integrado): 1. Saúde integral, equilíbrio emocional, espiritualidade/propósito, vida profissional, gestão financeira, relacionamentos familiares, etc. O tratamento dos dados foi realizado por estatística descritiva, com cálculo de médias, frequências e desvio-padrão.

### **4.1 Questão de pesquisa**

Eis a questão de pesquisa deste artigo: "Como está a saúde, qualidade de vida e bem-estar dos empreendedores na ACIC e qual o impacto deste índice na vida deles?" Isso porque o empreendedorismo desempenha um papel fundamental na economia e na dinâmica social de Caruaru no Estado de Pernambuco, na região Nordeste do Brasil, uma cidade reconhecida por sua forte vocação comercial. Neste contexto, a Associação Comercial e Empresarial de Caruaru - PE (ACIC - PE) surge como uma entidade crucial no apoio a estes empreendedores, localmente. Considerando a importância da tríade do empreendedor saudável: saúde, qualidade de vida e bem-estar para um bom desempenho profissional e pessoal.

Os resultados deste estudo não apenas contribuíram para o conhecimento

acadêmico sobre o tema, mas também informaram políticas e práticas da ACIC e de outras organizações similares, visando melhorar as condições de vida e trabalho dos empreendedores.

#### **4.2 Detalhamento das hipóteses**

Apoiados na temática anterior, encaminhou-se cenários hipotéticos para o estudo: a. O estilo de vida dos empreendedores tem um impacto significativo em sua saúde, qualidade de vida e bem-estar geral; b. Os empreendedores associados à ACIC apresentam índices de saúde, de qualidade de vida e de bem-estar superiores aos não associados; c. O associativismo desempenha um papel positivo na promoção da saúde, qualidade de vida e bem-estar dos empreendedores. O estudo foi feito e testado através de uma metodologia mista envolvendo coleta de dados quantitativos.

A confirmação ou refutação destas hipóteses contribuirá para uma compreensão mais profunda da relação entre o associativismo, o estilo de vida e a qualidade de vida dos empreendedores em Caruaru, fornecendo bases para futuras pesquisas e para o desenvolvimento de políticas e práticas que visem melhorar a saúde, a qualidade de vida e o bem-estar desta importante categoria profissional.

#### **4.3 A relevância e justificativa do estudo**

Este estudo sobre a saúde, qualidade de vida e bem-estar geral dos empreendedores associados à ACIC, justificou-se pela relevância do tema no contexto socioeconômico atual. O empreendedorismo desempenha um papel fundamental na economia local de Caruaru, e a saúde, a qualidade de vida e o bem-estar dos comerciantes são fatores cruciais para o sucesso e a sustentabilidade dessa economia.

Por fim, o estudo está alinhado com as tendências globais de valorização do bem-estar no trabalho e contribuiu para uma compreensão mais holística da saúde ocupacional a empreendedores. Ao abordar questões de saúde física e mental,

qualidade de vida e bem-estar geral, a pesquisa reconheceu a natureza multidimensional do bem-estar humano e sua importância no contexto profissional.

#### **4.4 Os objetivos do estudo**

O objetivo geral deste estudo foi avaliar e olhar cenários sobre a saúde dos empreendedores na ACIC e analisou o impacto deste índice na tríade: saúde, qualidade de vida e no bem-estar geral deles. Buscou-se identificar os principais fatores que influenciaram a tríade nos empreendedores. Esta análise de cenários permitiu compreender melhor o contexto em que estes profissionais atuam e os desafios que enfrentam no dia a dia.

Por fim, com base nos resultados obtidos o método RICU, sugeriu-se recomendações para a ACIC e outras organizações similares, visando a implementação de estratégias e programas que possam melhorar a saúde, a qualidade de vida e o bem-estar dos sócios.

## **5 APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS**

Os resultados revelam fragilidades marcantes, como se ver a seguir: 78% relataram sobrecarga mental e cansaço extremo; 64% possuem dificuldade em manter rotinas de autocuidado físico; 59% demonstram desequilíbrio entre vida profissional e familiar; 72% sentem necessidade de apoio psicológico e emocional. Por outro lado, fatores positivos emergiram: 81% reconhecem a espiritualidade como fonte de equilíbrio; 69% relatam forte senso de propósito pessoal e profissional; 74% afirmam acreditar na possibilidade de transformação comportamental. Essa tríade — saúde, bem-estar, qualidade de vida — mostra-se parcialmente comprometida, mas fortemente influenciada por pilares de resiliência e valores, elementos centrais do modelo RICU (Resultado do Comportamento Unificado).

## 6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os dados demonstram que o empreendedor da ACIC-PE enfrenta desafios significativos relacionados à saúde mental, equilíbrio emocional e qualidade de vida. No entanto, elementos como espiritualidade, propósito e desejo de crescimento pessoal indicam alto potencial de resposta positiva a intervenções estruturadas. O método RICU surge como uma alternativa promissora, pois integra ciência comportamental, espiritualidade, psicologia positiva e desenvolvimento humano.

Conclui-se que a tríade do empreendedor RICU — saúde integral, bem-estar e qualidade de vida — constitui fundamento essencial para o empreendedorismo sustentável, servindo como base para programas de intervenção e mentorias orientadas ao fortalecimento biopsicossocioespiritual.

A tríade do empreendedor RICU encontra suporte teórico e empírico nas três tradições e abordagens analisadas. Diante disso, faz-se imperativo incorporar um modelo integrado como o RICU em políticas de suporte, programas de aceleração e mentorias.

Destarte, compreende-se que a prática do modelo RICU para empreendedor é condição para o desenvolvimento sustentável das organizações e das pessoas que as conduzem. Ficou evidente que a principal contribuição científica desta pesquisa foi a consolidação de um modelo analítico de avaliação da saúde e da qualidade de vida em geral, articulando os quatro domínios do WHOQOL-Bref a indicadores de associativismo, saúde psicossocial e bem-estar, bem como todos os pontos relevantes do viver empresarial.

## 6 REFERÊNCIAS

AGÊNCIA SEBRAE. Estudo inédito revela como a pandemia afetou a saúde mental dos empreendedores brasileiros. 2022. Disponível em: <https://agenciasebrae.com.br/arquivo/estudo-inedito-revela-como-a-pandemia-afetou-a-saude-mental-dos-empresarios-brasileiros/>. Acesso em: 16 out. 2025.

BONIWELL, Ilona; OSIN, Evgeny. Positive Psychology in the Modern World: Emerging Trends and Future Directions. London: Routledge, 2022.

BUCHANAN, Rebecca; ALBRIGHT, James. Experiential and project-based learning: impacts on student motivation and emotional regulation. *Journal of Holistic Education*, v. 18, n. 2, p. 55–72, 2021.

FISHER, Robert. *The Socratic Method in Education: Dialogue, Reasoning and Critical Thinking*. New York: Springer, 2021.

FOGG, B. J. *Tiny Habits: The Small Changes That Change Everything*. New York: Houghton Mifflin Harcourt, 2021.

GONZÁLES, M.; PÉREZ, D.; HERNÁNDEZ, P. Integrative health programs for entrepreneurs: a systematic review. *Journal of Occupational Wellbeing*, v. 12, n. 3, p. 44–59, 2021.

HODGE, David. Spirituality, religious coping and well-being: new insights and applications. *Journal of Religion and Health*, v. 61, n. 3, p. 2051–2066, 2022.

ISHAM, A. *et al.* Nurturing wellbeing amidst the climate crisis: on the need to align personal values with sustainable behavior. *Frontiers in Psychology*, v. 14, 2023. Disponível em: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2023.1205991/full>. Acesso em: 29 out. 2025.

KOENIG, Harold. Religion and Mental Health: Current Findings and Future Directions. New York: Oxford University Press, 2023.

KOLB, D. A. Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development. Prentice Hall, 1984. Disponível em: <https://journals.aom.org/doi/10.5465/amle.2005.17268566>. Acesso em: 16 out. 2025.

LUCCHETTI, G. *et al.* Spirituality, religiousness, and mental health: a review of the current evidence. *Frontiers in Psychiatry*, 2021. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8462234/>. Acesso em: 16 out. 2025.

MARTÍNEZ-MARTÍNEZ, K.; SMITH, J.; BROWN, R. Positive psychology interventions in workplace mental health: a meta-analysis. *Social Sciences*, v. 13, n. 1, p. 122–136, 2024.

MARTÍNEZ-MARTÍNEZ, K.; SMITH, J.; BROWN, R. Systematic Review and Meta-Analysis of Positive Psychology Interventions in Workplace Settings. *Social Sciences*, v. 14, 2025. Disponível em: <https://www.mdpi.com/2076-0760/14/8/481>. Acesso em: 16 out. 2025.

MENDELSON, A. The neuroscience of habit and purposeful behavior. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, v. 16, 2022.

NIEMINEN, T. *et al.* Entrepreneurial stress and psychological outcomes: a global review. *International Journal of Entrepreneurship & Behavior*, v. 29, n. 4, p. 802–821, 2023.

NICOL, J.; TAPLIN, A. Waldorf Education in Contemporary Perspective: Holistic Development and Pedagogical Innovation. London: Routledge, 2022.

PARGAMENT, Kenneth. The Psychology of Spirituality and Faith. Washington: APA Press, 2024.