

A INFLUÊNCIA DA ESPIRITUALIDADE E RELIGIOSIDADE NO ENFRENTAMENTO DA DOENÇA

THE INFLUENCE OF SPIRITUALITY AND RELIGIOSITY IN FIGHTING DISEASE

Priscilla Bessa ¹

Odenicio Junior Marques de Melo ²

RESUMO: Este artigo tem como objetivo compreender como as experiências de suporte espiritual interferem no enfrentamento da doença pelo paciente e seus familiares, uma vez que, estas proporcionam ao indivíduo, um bem-estar mais amplo incluindo outros aspectos da vida. Nos contextos das práticas de saúde, observa-se alusão frequente à influência de aspectos religiosos no tratamento das enfermidades. A espiritualidade pode ser um suporte importante para as famílias e pacientes encararem o processo de adoecimento, aliviando o sofrimento e promovendo qualidade de vida. Esta pode ser utilizada como uma estratégia de enfrentamento para as situações críticas da vida das pessoas, pois pode aumentar o senso de propósito e significado da vida, que são associados à maior resistência ao estresse relacionado às doenças, contribuindo para um melhor suporte integrando esta dimensão no tratamento. Muitos pacientes usam suas crenças para lidar com suas doenças e este reforço positivista pode influenciar no bem-estar destes.

Palavras-chave: espiritualidade; religiosidade; saúde; doença.

ABSTRACT: This article aims to understand how experiences of spiritual support interfere with coping with the disease by patients and their families, since they provide the individual with a broader sense of well-being, including other aspects of life. In the context of health practices, there is frequent reference to the influence of religious aspects in the treatment of illnesses. Spirituality can be an important support for families and patients to face the illness process, relieving suffering and promoting quality of life. This can be used as a coping strategy for critical situations in people's lives, as it can increase the sense of purpose and meaning in life, which are associated with greater resistance to disease-related stress, contributing to better support by integrating this dimension in treatment. Many patients use their beliefs to deal with their illnesses and this positivist reinforcement can influence their well-being.

Keywords: spirituality; religiosity; health; disease.

1. INTRODUÇÃO:

¹ E-mail: priscillabessa@gmail.com.

² E-mail: odeniciojunior@hotmail.com.

A dimensão espiritual é apresentada como atribuição significativa ao sofrimento de uma doença, como também meio de esperança frente às alterações do estado de saúde. As crenças influenciam as pessoas a lidar com diferentes situações, podendo proporcionar-lhes sentimentos como: autoconfiança, adaptação, firmeza e maior aceitação. O bem-estar espiritual promove um estado de equilíbrio que implica em diversas mudanças nas habilidades das pessoas. Diversos estudos vêm salientando a importância da espiritualidade e/ou religiosidade na vida dos pacientes, na qualidade de vida, sobrevida e tempo de internação. E dessa forma, evidenciam que um maior envolvimento religioso e espiritual se relaciona positivamente com o bem-estar psicológico, alegria, satisfação e maior expectativa de vida, melhor saúde e menor ansiedade e depressão.

Este trabalho teve como objetivo compreender, através de uma revisão de literatura, como as experiências de suporte espiritual interferem no enfrentamento da doença pelo paciente e seus familiares, uma vez que estas proporcionam ao indivíduo um bem-estar mais amplo, incluindo outros aspectos da vida. O tema espiritualidade foi escolhido como objetivo deste estudo por apresentar uma demanda crescente no senso comum e no meio científico das últimas décadas.

A espiritualidade tem sido reconhecida como um importante recurso interno que ajuda os indivíduos a encarar adversidades, os eventos traumatizantes e estressantes, particularmente, relacionados ao processo de saúde-doença. Atualmente, cada vez mais se admite a eficiência da espiritualidade na vida humana, em especial na saúde, além de que com os avanços científicos, que muitos acreditam promover o enfraquecimento da fé, têm-se mostrado justamente contrário.

2. *ESPIRITUALIDADE, RELIGIOSIDADE, FÉ: CONCEITOS*

A espiritualidade e a religiosidade são importantes suporte de apoio emocional, intervindo na saúde física e mental. Com a vivência na prática hospitalar, pode-se observar que diante de doenças crônicas ou terminais, os pacientes e familiares constantemente se sustentam em crenças religiosas ou espirituais, tais como orações, rezas, imagens simbólicas e presenças de visitas de sacerdotes rituais, de modo a auxiliarem no enfrentamento das dificuldades, bem como encontrarem conforto, esperança e força.

Nesse sentido, podemos refletir as possibilidades de ver o paciente como um ser total, o qual apresenta necessidades para além de uma dor física, e que os profissionais de saúde precisam estar atentos para reconhecer, aceitar e cuidar daquilo que dá sentido à vida desse indivíduo. Assim, espiritualidade e religiosidade são enfoques importantes no cuidado de pessoas que têm doenças com/sem possibilidade de cura. E para elas, está apoiada no sagrado - algo que faça sentido em sua vida - ser valorizada na sua singularidade, práticas e rituais, ter suas crenças reconhecidas e respeitadas, leva-as a experimentar maior bem-estar, senso de pertencimento, ter dignidade e paz.

A palavra espiritualidade deriva do latim *spiritus*, que se refere à respiração ou sopro divino, e nela se reflete a busca de significados, de conceitos que transcendem o visível, num sentido de conexão com algo maior que a si próprio, incluindo ou não a participação religiosa. Na perspectiva de Safra, refere-se a uma atribuição de sentido que um indivíduo dá à própria existência, ou seja, quando este concebe um caminhar que vá além de si em direção a um sentido último, ou, em suas palavras, “é o fenômeno que se origina pela possibilidade de a pessoa pôr a si mesma e a sua existência em consonância com sua concepção de absoluto ou do divino” (Safra, 2006, p. 116).

Desse modo, ainda em sua visão, religião diz respeito a um conjunto de dogmas, crenças, princípios e valores compartilhados por um determinado grupo em relação a uma forma de conduta da própria vida. Essas crenças influenciam os hábitos e relações com o

mundo, o que traz reflexo na vida do indivíduo. Através da religião, o ser humano é submetido a uma maior integração social, proporcionada pela comunidade religiosa, e regulação social, através da orientação da comunidade religiosa a hábitos saudáveis de vida e comportamentos éticos. Segundo Amattuzzi (1999), a religião é, também, um campo de experiências e indagações sobre a existência, abrindo-se para novas possibilidades. Já o termo religiosidade implica fundamentalmente em uma relação com alguém referenciado e reconhecido como maior do que a si mesmo, estando relacionado a uma concepção singular que cada indivíduo apreende como divino. Segundo Giovanetti, (2004), viver a consequência da ligação com Deus no dia a dia colocando em prática os seus ensinamentos, é sobretudo uma forma de desenvolver a religiosidade.

Por outro lado, a fé faz parte das religiões tradicionais e da busca pessoal pela religiosidade e pode passar por vários estágios. A fé está vinculada à força espiritual e à busca em acreditar num sentido maior para vida. Segundo Fowler (1992), a fé tem relação com a vivência existencial, tendo, por isto, uma tonalidade mais subjetiva.

A religiosidade e a espiritualidade são consideradas como fatores contribuintes na melhoria da qualidade de vida das pessoas, tendo em vista que auxiliam na construção de sentido ou propósito para as ações que realizam e para o futuro que buscam concretizar.

Para Costa (2010), apesar de se relacionarem, a espiritualidade e a religiosidade não se igualam. A espiritualidade é universal, disponível a todos, não se restringe a crenças religiosas específicas. Já a religiosidade envolve um sistema de crenças e doutrinas que é compartilhado por um grupo que possui suas características comportamentais, morais e sociais próprias.

Diante de tantas definições e grau de importância dado por tantos estudos, percebe-se que é fundamental para a vida, principalmente, quando se está com a saúde debilitada, que as pessoas que possuem espiritualidade e/ou religiosidade passam a ter uma força adicional,

auxiliando-as superar as dificuldades e obter seu restabelecimento ou conformação do estado que se encontra no processo de adoecimento.

3. ESPIRITUALIDADE E O ENFRENTAMENTO DA DOENÇA

As relações entre religiosidade e saúde têm sido cada vez mais investigadas e suas evidências têm demonstrado uma relação habitualmente positiva entre indicadores de envolvimento religioso e de saúde mental (Moreira Almeida, 2006).

Koenig (2005) verificou que 90% dos pacientes dizem que crenças religiosas e suas práticas são importantes maneiras pelas quais eles podem enfrentar e aceitar melhor as doenças físicas, e mais de 40% indicam que a religião é o fator mais importante que os ajuda nessas horas. Assim, observa-se significativa influência da espiritualidade no processo saúde-doença. Entendendo-se que enfrentamento é como um conjunto de estratégias utilizadas para lidar e adaptar-se às adversidades da vida.

Em 1946, a Constituição da Organização Mundial da Saúde (OMS) definia saúde como “um estado completo de bem-estar físico, mental e social, e não meramente a ausência de doença ou enfermidade”. Em 1999, uma emenda à referida Constituição da OMS incluiu o aspecto espiritual no conceito multidimensional de saúde: “saúde é um estado dinâmico de completo bem-estar físico, mental, espiritual e social, e não meramente a ausência de doença ou enfermidade”. Nesse contexto, a espiritualidade passa a ser vista como importante contributo na atenção clínica e na promoção à saúde – remetendo-se a questões como significado e sentido da vida, e não se limitando a qualquer tipo específico de crença ou prática religiosa - sendo fundamental incorporá-la às atividades de ensino, pesquisa e assistência.

A espiritualidade pode dar uma nova perspectiva sobre a enfermidade, transformando a forma como se vivencia e percebe o problema, proporcionando um maior alívio da dor e da angústia apresentadas no processo de adoecimento. Tanto a espiritualidade como a

religiosidade permitem à pessoa se apegar a uma “força- -maior”, ajudando-a em uma fase difícil (Cardoso, 2013; Wong & Pereira, 2015).

A relação entre espiritualidade e saúde pode oferecer às pessoas um maior conforto no enfrentamento da doença e auxiliá-las a lidar com o alto nível de estresse e adaptações que o adoecer ocasiona, como também as demais dificuldades da vida e da morte (Areco, 2016). Ao exercer sua espiritualidade/religiosidade, estas desenvolvem crenças e convicções que lhes proporcionam maior sensação de segurança.

A dor pode ser definida como uma perturbação em determinada parte do corpo. Já o sofrimento é um conceito mais abrangente e complexo, pois atinge o todo da pessoa. Enquanto a dor pode ser controlada através de medicamentos, o sofrimento clama por sentido (Bertachini, 2010), ou seja, a busca de uma resposta para as agruras sentidas naquele momento.

Quando considera as dimensões espirituais e/ou religiosas, aparentemente o paciente fortalece o sentimento de esperança, mediado, na maioria das vezes, pela fé e a crença, que de forma subjetiva determinam como esse indivíduo se portará diante de seu estado e tratamento. A partir desse desenvolvimento, segundo Salles (2014), a doença e a iminência da morte passam a ser encaradas com um novo olhar, tendo como base um propósito e um significado que podem produzir amadurecimento pessoal e um posicionamento diferenciado em face da situação, resultando em um aumento da esperança e do desejo de continuar a viver, ainda que se mantenha a consciência da finitude.

Koenig (2005) em seu livro, *Espiritualidade no cuidado com o paciente*, discorre o porquê de incluir a espiritualidade no tratamento de saúde e de considerar as necessidades espirituais dos pacientes. Apresenta os seguintes motivos: muitos pacientes são religiosos e suas crenças ajudam a lidar com vários aspectos na vida; as crenças religiosas podem influenciar as decisões médicas, principalmente nas situações mais críticas; as crenças e

atividades religiosas estão associadas a uma melhor saúde e qualidade de vida; muitos pacientes gostariam de falar sobre sua espiritualidade. Conforme Koenig (2005) alguns pacientes acreditam em um Deus que está à frente da situação ou que possa ter permitido tal sofrimento para aprendizado e fortalecimento. Isto oferece ao paciente apoio e conforto, redução da ansiedade, aumento da esperança ou senso de controle. Dessa forma, os conhecimentos religiosos e suas práticas ajudam a regular a emoção durante o tratamento e aos acontecimentos que estão fora do controle pessoal dos pacientes.

4- O IMPACTO DA ESPIRITUALIDADE NO PROCESSO DE CUIDAR

A espiritualidade pode ser pensada como força dinâmica, criativa e integrativa da vida, capaz de oferecer esperança e motivação para enfrentamentos e mudanças (Owens, 2001; Draper, 2001). Sendo assim, ajudar a amenizar o sofrimento revela a essência do cuidado que transcende a realidade física, na presença autêntica do ser cuidador, que em seu agir contempla a espiritualidade dos envolvidos nesse encontro.

Em situações extremas, quando se esgotaram os recursos da medicina para curar a doença e a finitude é esperada, é comum que as pessoas busquem amparo e consolo junto às suas crenças e valores mais preciosos. Nesse contexto, pacientes, famílias e profissionais são desafiados a acolher a finitude com humildade e preparar-se para um dos momentos mais difíceis da vida, a despedida, com dignidade. A espiritualidade e a religiosidade em pessoas com doenças graves também estão associadas a melhor compreensão da finitude, aceitação da realidade e exercício da autonomia no viver, com qualidade, o tempo que for possível.

Por conseguinte, através das reflexões contida neste estudo, passa-se a ter uma nova percepção do significado da espiritualidade e religiosidade. Pode-se entender o quanto estas podem auxiliar no processo de enfrentamento de situações de sofrimento como também diante da elaboração do luto, fornecendo sentidos e significações singulares na vida do paciente,

proporcionando-lhe bem-estar, não apenas frente à morte. Destaca-se que diante da prática do cuidar é importante que saibamos ouvir, já que o fato de estar ao lado do paciente, prestando atenção na sua totalidade, disponibilizando-se integralmente para ter um olhar para sua história, seus desejos e vontades, compreendendo-os, é de grande valor. Mas para isso, é importante que o profissional se permita conhecer e ter uma compreensão da própria espiritualidade, pois é impossível ajudar alguém em assuntos espirituais sem antes conhecer a sua. Além disso, a abordagem da espiritualidade feita pelo profissional pode fortalecer o vínculo e a sensação de conexão com o paciente, uma vez que ele entende que essa parte de sua vida também é importante para o profissional, proporcionando uma melhora da relação com o aumento da confiança, sensação de atenção às necessidades e valorização das prioridades. As necessidades espirituais do paciente podem, inclusive, estimular o profissional a olhar para si, voltando-se ao autoconhecimento e elaborando suas próprias questões.

Desse modo, durante o processo do cuidar, o profissional permite compreender de que forma a espiritualidade/religiosidade contribuem para a compreensão do paciente em relação ao que ele vive. Esse processo busca compreender de que modo esse aspecto espiritual/religioso impacta nas questões psicológicas e vice-versa. Segundo Ancona Lopez (1999), é fundamental que o psicólogo, ao trabalhar os conteúdos trazidos pelo paciente, leve em conta a sua experiência religiosa e espiritual, deixando que expresse os seus valores e expectativas. Há uma estreita relação entre religiosidade e saúde mental, por isso é fundamental buscar o que é pessoal e significativo na vida de cada um e seu sentido de pertença a uma dada comunidade religiosa

Todavia, é visto a importância da necessidade do profissional ter (auto)conhecimento sobre assuntos espirituais e religiosos, considerando que somente dessa maneira ele prestará um cuidado efetivo ao paciente. Como também, a relevância de estar disponível para o outro,

na sua história, na sua fé e na sua crença, para aquilo que dá sentido à sua vida e ama profundamente, entendendo a influência desse fazer na qualidade de vida desse paciente.

Os estudos evidenciam a importância da espiritualidade na vida das pessoas e em especial dos pacientes impactando-os de forma contundente no seu equilíbrio mental, espiritual e físico.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Um dos objetivos deste artigo foi trazer informações e estimular reflexões sobre o papel da espiritualidade no enfrentamento em contexto de saúde e doença. A religiosidade e a espiritualidade são consideradas fatores contribuintes na melhora da qualidade de vida das pessoas, tendo em vista que auxiliam na construção de sentido ou propósito para as ações que realizam e para o futuro que buscam concretizar. E quando a espiritualidade é abordada nos atendimentos ela é feita de modo a compreender de que modo a pessoa se relaciona com sua crença e de que forma esta crença faz com que o sujeito compreenda aquilo que lhe acontece. Dessa forma, a maneira como está vive sua espiritualidade demonstra a importância desse aspecto em sua vida.

As crenças religiosas e espirituais têm se demonstrado um recurso auxiliar no enfrentamento de eventos estressores, como o processo saúde-doença, e no tratamento da doença. Dessa forma, a espiritualidade é imprescindível na formação dos profissionais de saúde.

Nessa perspectiva, são necessárias novas investigações acerca da temática, no intuito de contribuir para a construção de conhecimento em relação à espiritualidade e servir de subsídios, para que os profissionais da área de saúde possam sentir-se mais seguros para atender o paciente fora das possibilidades de cura.

Ajudar pacientes e familiares a encontrar significados para suas experiências é encarado como um desafio para os profissionais de saúde, que sentem não ter preparo para lidar com a dimensão espiritual, já que a formação na área de saúde não tem como objetivo preparar o futuro profissional para lidar com esse aspecto de cuidado.

Por fim, as reflexões feitas neste artigo mostram que a religiosidade, a espiritualidade, a crença em Deus, ou seja, num Ser Superior a nós faz com que encontremos força, coragem e motivação para seguir adiante nas mais diversas e diferentes adversidades da vida, principalmente, nos casos de doença.

Referências bibliográficas

Amatuzzi MM. Desenvolvimento religioso: uma hipótese descritiva. In: Massimi M, Mahfoud M, organizadores. Diante do mistério: psicologia e senso religioso. São Paulo: Loyola; 1999. p.123-40

Boff, L (2006). Espiritualidade: um caminho de transformação. Rio de Janeiro: Sextante.

Fowler JW. Estágios da fé: a psicologia do desenvolvimento humano. São Leopoldo: Sinodal; 1992.

Giovanetti JP. O sagrado e a experiência religiosa na psicoterapia. In: Massimi M, Mahfoud M, organizadores. Diante do mistério: psicologia e senso religioso. São Paulo: Loyola; 1999. p.87-96

Guimarães, Hélio Penna. [«O impacto da espiritualidade na saúde física»\(PDF\)](#). *Rev. Psiq. Clín*

Koenig, Haroldo G., M.D. Espiritualidade no cuidado com o paciente: porquê, como, quando e o quê. São Paulo: FE Jornalística Ltda, 2005.

Libanio, J. B. (2002). A religião no início do milênio. São Paulo: Loyola.

Mazzarolo, I. (2011) Religião ou espiritualidade. *Revista Brasileira de História das religiões*. Maringá- PR:v.III, n.9, jan.

Pessini L, Bertanchini L. O que entender por cuidados paliativos. São Paulo: São Camilo, Loyola; 2006)

Safra, G. (2006). Hermenêutica na situação clínica: o desvelar da singularidade pelo idioma pessoal. São Paulo: Sobornost.

Salles AA. Bioética e processos de religiosidade entre os pacientes com doenças terminais no Brasil. Rev. bioét. (Impr.) [Internet]. 2014 [acesso 11 abr 2022];22(3):397-406. DOI: 10.1590/1983-80422014223021