

Uma nova perspectiva quanto a relação saúde, religiosidade e espiritualidade: diálogos entre os três campos

Luciana Braga de Paula Malanquini*

RESUMO

Conforme a sociedade moderna evolui, surgem novas definições, conceitos, ideias e perspectivas quanto a ação da religião, da religiosidade e da espiritualidade em contextos diversos, como é o caso da saúde. Parte-se da hipótese de que esses dois aspectos, religiosidade e espiritualidade, ajudam na promoção da saúde, da qualidade de vida e do bem-estar físico e mental. Os profissionais da saúde precisam compreender como os pacientes se relacionam com a sua espiritualidade para que esta seja bem trabalhada desde o diagnóstico até o tratamento da doença. Por fim, diversas pesquisas têm apontado os benefícios das práticas religiosas e espirituais no processo saúde-doença.

Palavras-chave: Religiosidade; Espiritualidade; Cuidados em saúde; Processo saúde-doença.

A NEW PERSPECTIVE ON THE RELATIONSHIP BETWEEN HEALTH, RELIGIOSITY AND SPIRITUALITY: DIALOGUES BETWEEN THE THREE FIELDS

ABSTRACT

As modern society evolves, new definitions, concepts, ideas and perspectives emerge regarding the action of religion, religiosity and spirituality in diverse contexts, as is the case of health. It is assumed that these two aspects, religiosity and spirituality, help promote health, quality of life, and physical and mental well-being. Health professionals need to understand how patients relate to their spirituality so that it can be well worked on from the diagnosis to the treatment of the disease. Finally,

* Faculdade unida de Vitória: Mestrado em Ciências da Religião. <https://orcid.org/0000=0001-8847-4451>. E-mail: lucianamanujo@gmail.com.

several studies have pointed out the benefits of religious and spiritual practices in the health-illness process.

Keywords: Religiosity; Spirituality; Health care; Health-disease process.

1. Introdução

No final do século XX, os estudos referentes a religião e vida religiosa correlacionada à espiritualidade se iniciaram e fortaleceram conforme o tempo, os pesquisadores da época notaram que a presença da religião era muito importante e influente na vida dos seres humanos, sendo presente até os dias atuais. Em determinados momentos históricos, apesar de toda a importância da religião na vida dos indivíduos, foi renegada por diversos fatores, um grande exemplo é na saúde das pessoas, não se acreditava que a religiosidade e espiritualidade representava grande importância. Atualmente, já há o reconhecimento do quão importante são esses fatores na vida das pessoas e sociedade como um todo (STEPHANINI; BROTTTO, 2021).

A religião e espiritualidade sempre estiveram presentes no contexto histórico da humanidade e em diversos momentos, como nas governanças e monarquias. Apesar da negligência em alguns setores da vida, estudos voltados à teologia buscam entender como os humanos podem ter sido influenciados diretamente e indiretamente pela religião desde a era pré-histórica, visto que os vestígios históricos frente à religião, crenças, práticas religiosas e espiritualidade tornaram-se rotineiros no período paleolítico para o mesolítico, como exemplo, na alimentação, caça, agricultura e formação da sociedade (MELO, 2020).

Atualmente, cerca de 90% da população mundial se relaciona de maneira direta ou indireta com alguma prática religiosa ou espiritual (NEGRO-DELLACQUA et al., 2019). Nesse sentido, cada vez mais essas práticas têm exercido um papel significativo em diversas dimensões da vida humana, como na saúde mental e física dos indivíduos. Todavia, durante muitos anos, a ciência e a religião não se conectaram, pois entendia-se que a fé religiosa era autoritária e, dessa forma, inibia a liberdade de pensamento (KOENING; KING; CARSON, 2012).

Contudo, à medida em que a sociedade evoluiu, esses campos se conectaram cada vez mais, de modo que se tem demonstrado que a fé ajuda os indivíduos em situações em que há a nítida vulnerabilidade

física e psíquica, isto é, quando se deparam com a dor e o sofrimento (LEMOS, 2019). Por esse motivo, as relações entre saúde, religiosidade e espiritualidade tem se tornado cada vez mais íntimas (KOENING; KING; CARSON, 2012).

A espiritualidade é conceituada de inúmeras formas, de modo que, em um primeiro momento, é compreendida como um conceito inerente à religião (NEGRO-DELLACQUA et al., 2019). Também é associada a uma forma de se compreender a vida. Na modernidade líquida, a espiritualidade tem sido reiterada como uma maneira de se conectar ao transcendente. Embora religiosidade e espiritualidade estejam conectadas, cada uma possui as suas próprias características e peculiaridades. A espiritualidade, em virtude das suas especificidades, tem sido compreendida como uma forma a partir da qual o indivíduo pode lidar com questões profundas que atravessam a sua subjetividade (KOENING; KING; CARSON, 2012). A religião, por sua vez, está ligada a um outro campo. Trata-se de uma forma a partir da qual as crenças, práticas, rituais e símbolos são organizadas. Esse conjunto permite uma aproximação com o transcendente (LEMOS, 2019).

Para entender todos os processos que envolvem a religião e espiritualidade, é necessário explanar a etimologia de cada palavra. A religião deriva-se do termo em latim *religare*, que consiste na ideologia de conexão e ligação com divindades através de diversas crenças e religiões. Já a espiritualidade está correlacionada com as essências dos seres humanos e seus conceitos, visando o sagrado e domínio existencial. Portanto, apesar da religião e espiritualidade terem uma conexão importante, são individuais e possuem suas próprias características (TAVARES; ET AL., 2018).

A religiosidade é caracterizada pela forma com que as pessoas expressam sua espiritualidade, a partir de práticas realizadas dentro das crenças, usos de símbolos expressos, formas, rituais e cultos. A partir desses feitos, os historiadores conseguiram identificar todas as ações ligadas à religião e espiritualidade realizadas no passado, como eram demonstrados as crenças, livros sagrados, objetos utilizados, dentre outros. Diante de tais descobertas, foi possível sintetizar a importância da religião e espiritualidade para a história da humanidade (SILVA; SILVA, 2014; INOUE; VECINA, 2017).

Embora a religiosidade e espiritualidade possuam significados próprios e distintos, são elas que têm fornecido meios para que o indivíduo exercite e fortaleça a sua fé ao longo da história da humanidade. Ao longo da história mundial, diversos ritos, tradições, crenças e práticas devocionais têm surgido e lutado por espaço nos mais diversos contextos (THIENGO et al., 2019).

Como esses ritos, tradições e crenças são construções históricas, constituídos pelas pessoas e comunidades mais diversas ao longo da história, retratam as formas a partir das quais os indivíduos buscaram se conectar com o transcendente. Diante disso, consolidou-se e sistematizou-se as formas de exercitar a fé pelas pessoas pertencentes aos mais diversos grupos sociais. A espiritualidade na modernidade líquida ajuda esses indivíduos a acessarem aquilo que transcende o mundo real e, para isso, insere novos sentidos à existência humana (SNIECIKOSKI, 2020).

A saúde coletiva atual, em virtude do poder e influência da espiritualidade ao longo da história, tem considerado a relação entre esta e a saúde, pois esta insere uma nova ótica ao cuidado com a vida e a saúde física e mental. Surge, com isso, formas e estratégias mais humanizadas de tratamento em saúde (NEGRO-DELLACQUA et al., 2019). Esta nova perspectiva tem sido valorizada porque a consideração dessa relação entre saúde e espiritualidade contribui com o oferecimento de um tratamento mais digno e humanizado, pois deixa-se de pensar apenas na doença e considera-se outros fatores que causam sofrimento e dor. Ambientes humanizados potencializam o bem-estar físico e mental, o que pode aumentar as chances de cura. Para tanto, as particularidades do indivíduo devem ser consideradas, de modo que os sentidos da pessoa quanto à espiritualidade não podem ser renegados, pois elas permitem que o paciente enfrente este momento de uma forma mais leve (PESSINI, 2010).

Diante desse cenário, este estudo foi realizado a partir de uma pesquisa bibliográfica, com abordagem qualitativa. Tem como objetivo geral discutir sobre o impacto da religiosidade e suas práticas no processo saúde-doença na modernidade líquida. Chama-se a atenção com este estudo acerca da importância dos profissionais da saúde em compreender e acolher as pessoas enfermas que lidam com a doença de formas singulares.

A principal justificativa da abordagem de tal temática é que esse respeito à maneira como o indivíduo se relaciona com a espiritualidade é essencial para que o vínculo entre paciente e profissional da saúde seja fortalecido. Mesmo que certos ritos, práticas e crenças sejam seculares, o profissional da saúde não pode supor que todos creem e exercitam a sua fé de uma mesma maneira. Assim sendo, a espiritualidade desse paciente não pode ser apagada e subjugada (PESSINI, 2010). O desafio é, por meio do exercício desta espiritualidade, ajudar esse paciente a enfrentar a dor física e mental de uma maneira mais leve, sem julgamentos.

2. Panorama histórico da religiosidade e espiritualidade na modernidade líquida

A sociedade moderna insere uma outra imagem de religiosidade e espiritualidade e esta tem sido disseminada nos mais diversos campos. No contexto moderno, ao invés de o indivíduo orbitar em torno de uma religião, esta passa a orbitar em torno do indivíduo, pois afeta as suas relações e até mesmo a sua tomada de decisões (ALMEIDA, 2005).

Nesse sentido, na sociedade moderna, as religiões têm se adaptado a este novo contexto, que possui as suas peculiaridades, dessa forma, têm assumido novas formas e contribuído com inúmeros campos, como é o caso da saúde. Como a religiosidade e a espiritualidade assumem novas interfaces na modernidade líquida, este recebe uma série de influências. As raízes sociológicas alicerçam a espiritualidade na modernidade líquida. Tem-se compreendido que a espiritualidade acompanha a evolução da própria sociedade, de modo que não pode ser dissociada dela, pois são as crenças e a fé que impulsionam esses indivíduos a buscarem por uma nova perspectiva. Por esse motivo, este fenômeno, no contexto contemporâneo, tem sido definido como espiritualidade líquida. Como as pessoas têm se tornado cada vez mais conscientes espiritualmente, têm praticado e exercitado a sua fé nas atividades mais rotineiras. Essa perspectiva de espiritualidade surge como resposta à fragmentação e diversificação da própria sociedade (ETZIONI, 1995). Assim sendo, a espiritualidade líquida cada vez mais tem ocupado um papel indispensável e benéfico na vida do indivíduo, bem como na própria sociedade como um todo (SNIECIKOSKI, 2020).

Consequentemente, uma ampla gama de práticas e maneiras de expressar essa fé têm sido incorporadas na modernidade líquida. A espiritualidade nesse novo contexto deixa de ser vinculada estritamente a alguma organização religiosa, pois entende-se que a manifestação da fé e o contato com o Espírito Santo não se dão apenas em um templo ou em espaços semelhantes (ALMEIDA, 2005).

A espiritualidade, portanto, passa a ser reiterada como uma maneira de compreender, vivenciar e expressar a relação com o sagrado. Nesse sentido, concebe-se que a espiritualidade se manifesta nos mais diversos contextos, nas situações mais cotidianas, como, por exemplo, na prática de exercícios físicos. Como consequência do surgimento e popularização da Ioga nos países ocidentais, atribuiu-se outros significados e sentidos tanto à prática de exercícios físicos quanto à própria meditação (SNIECIKOSKI, 2020).

Além disso, outras práticas que envolvem a saúde, a qualidade de vida e o bem-estar físico e emocional ressignificaram e introduziram as práticas espirituais na vida comum e diária do ser humano (SNIECIKOSKI, 2020). Diante de tais mudanças, a espiritualidade na modernidade líquida assumiu novas perspectivas que caminham para além das formas convencionais de exercitar a fé (em templos e espaços sagrados, por exemplo) (ETZIONI, 1995). Em razão disso, como a cada pessoa passa a exercitar a sua fé de uma maneira singular, peculiar e coerente com o que acredita, passa-se a construir uma sociedade cada vez mais mística e focada no contato com o transcendente (ALMEIDA, 2005).

Em meio a esse processo marcado por mudanças, introduziu-se um conceito que tem corroborado com a incorporação dessas práticas religiosas e espirituais diversas e distintas em diversos contextos, como na saúde. Esse conceito é referenciado como Sociologia da Espiritualidade (GIORDAN, 2007). Nessa perspectiva, entende-se que a ideia de espiritualidade e a sua relação com a sociedade, não se trata apenas da relação entre a instituição religiosa e o indivíduo, mas sim da relação desse sujeito com o sagrado (SNIECIKOSKI, 2020).

Também não se trata de uma obediência a uma autoridade externa, mas sim da liberdade de acreditar no sagrado e exercitar essa crença, representada pela fé, nas situações mais cotidianas. Enquanto a religião, de certa maneira, está ligada a um contexto ao qual os indivíduos

têm que se adaptar, a espiritualidade é mais democrática, visto que o sagrado pode assumir diversas formas, sentidos e significados os quais são construídos a partir da conexão dessa pessoa com o sagrado, são refletidos na vida cotidiana da mesma, nas mais diversas esferas, como é o caso da saúde. Como a espiritualidade é marcada pela dissociação de autoridades externas, a espiritualidade na modernidade líquida assume diversas formas (GIORDAN, 2007).

Essas formas se manifestam nas atividades diárias desse indivíduo e agregam novos elementos (símbolos, significados, sentidos etc.) (ET-ZIONI, 1995). Surgem, nesse contexto, práticas religiosas mais amplas, diversificadas e que não necessariamente estão ligadas com o cristianismo. A esse processo tem-se atribuído o nome de espiritualidade na “*New Age*”. Associadas a esse contexto surgem as ideias de espiritualidade interior e espiritualidade holística. Elas são empregadas sobretudo para afirmar que há diversas formas de exercitar essa fé e de crer que devem ser valorizadas e exploradas em diversos contextos (HEELAS; WOODHEAD, 2005). Esta atual perspectiva da espiritualidade (dissociada da religião, isto é, de uma instituição) resulta da popularização dos valores que configuram o movimento na *New Age* no Ocidente, contudo, carrega também marcas de outros movimentos que contribuíram com a formação dessa mentalidade (HEELAS; SEEL, 2003).

“A cultura *New Age* exalta o rompimento com os modelos tradicionais e exalta a luz como signo e símbolo de uma nova era cultural. Tal como refere Wilson (1982), “A cultura geral da vida do dia a dia nas nações avançadas, quer do Oriente ou no Ocidente, não é, nos tempos modernos, marcadamente religiosa” (Wilson, 1982, p.55). Esta investigação vem ao encontro dos autores e das suas teorias sobre o papel da espiritualidade na vida dos indivíduos e na cultura. Barros e Betto (2009) indicam que a dimensão espiritual é mais ampla do que a religiosa e faz parte da cultura, estando sempre à disposição de todos (Barros; Betto, 2009: 86). Trata-se de uma procura da espiritualidade através de diversos caminhos, de forma a atingir o bem-estar e a harmonia individual (pessoal e familiar), coletiva (a comunidade, a sociedade, a Terra) e, até certo ponto, a harmonia com o Universo. De parte ficam os rituais místicos do passado e das iniciações características do esoterismo. A necessidade de o indivíduo dirigir-se para si mesmo parece nascer da insatisfação que alimenta perante o mundo material e caótico do consumismo. “Trata-se de uma inversão de polaridade, causa e efeito de uma profunda muta-

ção societal ou antropológica” (Maffesoli, 2010, p. 60).” (SALGUEIRO; MONTEIRO, p. 15, 2016).

Diante desse cenário, pontua-se que a espiritualidade na modernidade líquida é marcada, sobretudo, pela busca por uma vida espiritual mais abundante (HEELAS; WOODHEAD, 2005). Assim sendo, tem-se percebido que as pessoas têm adotado meios para fortalecer a sua fé, pois esta torna os indivíduos mais esperançosos quanto às mais diversas questões. Diante disso, a espiritualidade tem sido associada a algumas características elementares. Em primeiro lugar, é um meio que permite que o indivíduo tenha contato com o transcendente e, dessa forma, ele busca por formas de se conectar a Deus (ou ao divino) (MOTAK, 2009).

A espiritualidade também introduz práticas que fortalecem essa conexão, como é o caso da oração e da meditação. Além disso, um outro elemento que não pode ser dissociado desta questão é o desenvolvimento de um aspecto elementar, sendo ele representado pela auto transcendência, que é o “coração da espiritualidade” (MOTAK, 2009).

Embora a prática da espiritualidade na modernidade líquida seja marcada pela busca e fortalecimento da relação do indivíduo com o sagrado, com o divino (SNIECIKOSKI, 2020). Esta relação com o sagrado é o que motiva esta prática, pois é esse o principal aspecto que caracteriza a espiritualidade na modernidade. Por esse motivo, muitos entendem que nesse momento em que se vive ela nada mais é do que uma tentativa inerente ao próprio indivíduo de lidar com as questões e situações humanas existenciais que são complexas. Diante de tal característica, a espiritualidade é uma experiência de caráter subjetivo. Esta, quando exercitada, permite que o contato com o divino seja cada vez mais intenso e contínuo. Portanto, a modernidade líquida deposita as suas esperanças na espiritualidade para que as aflições, frustrações e sensações negativas que afetam essas pessoas sejam aliviadas por meio do exercício da fé (MOTAK, 2009).

3. A relação entre a saúde e a espiritualidade: aproximações e contribuições no contexto brasileiro

A religiosidade e espiritualidade pertencem a vida dos indivíduos, visto que são essenciais para fatores biopsicossociais das pessoas em

seu particular e de grupos, principalmente no contexto de saúde, toda a fé do paciente tem que ser levada em consideração quando estão em processo de adoecimento, já que é uma questão muito importante para diversas pessoas. Portanto, mediante tais informações, correlacionar tratamentos médicos com a religião e espiritualidade, contribui para o bem-estar e a evolução clínica do paciente. Porém, há vertentes que discordam de tais informações, tendo a associação da ciência médica com a religião, como um fator prejudicial ao psíquico dos pacientes, diante do argumento que a religião e espiritualidade pode contrapor estudos científicos e encorajar a práticas duvidosas de cunho espiritual (SILVA; SILVA, 2014).

Apesar de existir oposições frente aos benefícios da religião no processo de saúde e doença, há literaturas, como Forti, Serbena, Scaduto (2020), que reforçam o exímio papel da religião nesses momentos difíceis de saúde, ressaltando que há fatores extrínsecos a doença, como o estresse, frustrações, depressão, sofrimentos, angústia, ansiedade, os quais afetam fortemente os pacientes, piorando seu quadro clínico. A religião, fé e espiritualidade servem como refúgio a esses sentimentos negativos, influenciando positivamente no prognóstico (FORTI; SERBENA; SCADUTO, 2020).

Reconhecer toda a importância dimensional espiritual do paciente para o enfrentamento da doença e assistência à saúde, é fundamental, inclusive nos casos em que os indivíduos se encontram em Unidade de Terapia Intensiva (UTI), visto que estão em situações críticas e com iminente risco de vida, nessas situações, o paciente se encontra desestabilizado emocionalmente. Garantir que sua fé seja exercida nesses momentos delicados, é assegurar uma prestação médica de qualidade, humanizada e integral, abrangendo toda a dimensão biopsicossocial daquele indivíduo, deste modo, o paciente se sentirá acolhido e pode amenizar todos os sentimentos de incertezas e medos que ele possa sentir, além de ser um estímulo muito positivo ao paciente, o qual influenciará na sua melhora clínica (LONGUINIERE; et al., 2017).

“Estudos recentes demonstram que pessoas com maior religiosidade ou espiritualidade possuem maior bem-estar geral, menor prevalência de depressão, menor abuso de drogas ilícitas e lícitas, menor incidência de suicídio, melhor qualidade de vida, maior sobrevida e menor tempo

de internação, dentre outras associações. A espiritualidade relacionada à saúde tem se tornado paradigma a ser estabelecido na prática clínica diária. A prática diz que “a enfermeira não responde somente pelo que é material em sua atenção com o paciente, mas por um ser que tem vida e que sofre no seu todo: corpo, mente e espírito”. O profissional de enfermagem é, assim, treinado a fazer com que o paciente saiba aceitar sua situação, apaziguar seu sofrimento e enfrentar seus conflitos pessoais” (TOMASSO; BELTRAME; LUCCHETTI, 2011, pg. 1).

Diante o exposto, nota-se a relevância da religião para a saúde dos enfermos, porém é um campo ainda estudado e em desenvolvimento, está sendo incrementado aos poucos pelos profissionais de saúde. Uma das grandes problemáticas referente ao assunto é a falta de treinamentos dos profissionais para lidar com a religião e espiritualidade no processo saúde-doença, bem como o conflito entre ciência e religião na saúde, consequentemente, há uma negligência para com a perspectiva da fé na melhora do paciente. Porém, atualmente, é um assunto que já vem sendo pautado nas universidades formadoras em ciências médicas, bem como nos locais de trabalho, tais profissionais já vêm sendo conscientizados e aprendendo sobre o assunto (TAVARES; et al., 2018).

4. Conhecimento de espiritualidade e religiosidade para a prática clínica durante o processo saúde-doença

Diversas organizações profissionais atualmente já reconhecem a importância da religião e espiritualidade no processo de saúde-doença e melhora clínica do paciente, é uma prática que pode ser utilizada como coadjuvante e integralizada na clínica e cuidados com saúde mental, porém somente deve ser aplicada aqueles pacientes que se sentem confortáveis e desejam alocar a espiritualidade no seu tratamento (TAVARES; et al., 2018).

Segundo Negro-Dellacqua et al., (2019), os pacientes que antes de estarem doentes e necessitarem de tratamentos médicos, tinham um grau de envolvimento maior com a religião e espiritualidade, tinham maior sucesso de melhora clínica no atual estado, visto que está relacionado a memórias de bem-estar físico e psicológico, satisfação, felicidade e afetividade, já que essas pessoas passavam um certo tempo se dedicando dentro de templos e cultos, reunidas com outras pessoas.

Deste modo, explica-se um dos motivos da fé e religião auxiliar no processo-saúde doença.

Na prática, o estudo de Tomasso, Beltrame e Lucchetti (2011), visa entender os níveis de conhecimentos e atitudes de docentes de enfermagem frente à espiritualidade e religião durante o processo de saúde-doença. Os estudos foram realizados com 30 docentes e 116 discentes respondentes, sendo distribuídos 29 do segundo semestre, 29 do quarto semestre, 30 do sexto semestre e 30 do oitavo semestre. Dentre os resultados, alguns participantes alegaram que durante a prática clínica dos enfermeiros, acredita-se que a espiritualidade influenciava positivamente os pacientes, em cerca de mais de 90% em alguns casos, outros respondentes disseram que as práticas religiosas acrescentavam no próprio atendimento. Porém, houve relatos de profissionais e discentes que sentiam vontade de abordar a temática no atendimento, porém se sentiam despreparados e com medo de causar algum desconforto ao paciente. Dentre as disparidades, relataram:

“[...] medo de impor suas crenças (46,6%); falta de tempo (23,0%); medo de ofender os pacientes (18,9%); falta de conhecimento (14,9%); desconforto com o tema (14,2%); falta de treinamento (10,1%); outros motivos (9,5%); “não faz parte do meu trabalho” (4,7%); medo de que os colegas não aprovem (3,4%) e conhecimento sobre religião não é relevante (2,7%)” (TOMASSO; BELTRAME; LUCCHETTI, p. 6, 2011).

Quando os alunos e docentes de enfermagem foram questionados sobre o estudo da aplicação da religião e espiritualidade na prática clínica, apenas 3 participantes referiram que a universidade fornecia bases de estudos sobre o tema. Grande parte dos participantes também reconhecia a importância de abordar a espiritualidade e religião como parte da grade curricular, ideia reforçada pelo questionamento aos docentes se é um tema que deveria ser integrado, os quais responderam com afirmação em forte entonação. Somente o segundo semestre de enfermagem não manifestou interesse pela pauta (TOMASSO; BELTRAME; LUCCHETTI, 2011).

O enfrentamento da dor e do sofrimento tem sido estimulado por meio do exercício da fé, pois os estudos indicam que ela é uma forma de lidar de uma maneira mais leve com o estresse e com os efeitos

negativos da doença na vida cotidiana (TOMASSO; BELTRAME; LUCCHETTI, 2011). A religiosidade e a espiritualidade, nesse contexto, têm atribuído novos sentidos ao adoecimento e ao seu enfrentamento.

O estímulo ao trabalho com essas questões deve ser feito já no momento da formação porque muitos dos profissionais da saúde temem trabalhar com aspectos tão subjetivos como a fé. O acesso a informações que fornecem subsídios para o trabalho com a diversidade religiosa e espiritual de uma maneira respeitosa, empática e tolerante é de suma importância (LEMOS, 2019). Por esse motivo, para que nenhuma perspectiva seja desvalorizada, competências e habilidades específicas devem ser trabalhadas junto à equipe de saúde.

5. O enfrentamento de doenças e sofrimento baseado na fé e espiritualidade no contexto clínico

A sua relevância se dá porque, em diversas vezes, é o único meio a partir do qual os indivíduos acometidos por uma doença conseguem lidar com as dificuldades associadas aos sintomas da doença. Como as experiências religiosas e espirituais atribuem uma maior leveza ao processo saúde-doença, tem-se apontado que elas têm despertado efeitos positivos na redução da mortalidade, sobretudo em áreas que envolvem a imunologia, saúde mental, doenças cardiovasculares etc. (THIENGO et al., 2019).

Tem-se percebido que o enfrentamento da dor e do sofrimento por meio da fé é uma estratégia considerada como importante, pois a doença, e a sensação de incapacidade por ela causada, aponta para sensações negativas. A espiritualidade, nesse contexto, atua como uma forma de reparar a sensação de “esvaziamento existencial”, visto que a pessoa se sente mais acolhida e respeitada em um momento em que sente que o seu corpo se encontra incapacitado (ALVES et al., 2016; SANTOS; ABDALA, 2014).

Como a doença desperta o sofrimento e o desgaste emocional, a crença no milagre da cura, quando trabalhada pelo profissional da saúde, apresenta-se como um mecanismo de apoio para o enfrentamento e tratamento da sua doença (ALVES et al., 2016; NEGRO-DELLACQUA et al., 2019). Contudo, quando a religiosidade e a espiritualidade não são bem trabalhadas, pode haver a piora no quadro clínico.

Quando não há o respeito às crenças individuais do paciente, este pode se sentir ainda mais desesperançoso. Por esse motivo, o profissional da saúde deve tomar cuidado ao estimular o exercício da fé junto às pessoas em situação de sofrimento para que as emoções negativas associadas a doença sejam substituídas por sentimentos positivos e benéficos (LEMOS, 2019; THIENGO et al., 2019). Uma prática que pode afastar esses aspectos positivos associados ao trabalho com a religiosidade e espiritualidade diz respeito aos preconceitos, julgamentos e até mesmo ao desconhecimento quanto a forma como o paciente se relaciona com a fé (NEGRO-DELLACQUA et al., 2019). Quando as perspectivas do paciente não são consideradas pode-se indiretamente dificultar a adesão deste ao tratamento, pois não tem esperança de que é possível aliviar essa dor. Também é fundamental que práticas abusivas quanto ao trabalho com a religião sejam evitadas (THIENGO et al., 2019).

Destaca-se que a religiosidade e a espiritualidade, quando bem articuladas no processo saúde-doença, podem afetar de maneira positiva tanto a saúde física quanto a mental de um indivíduo. Isto ocorre porque fornece-se ao paciente uma rede onde pode se apoiar e se fortalecer. Além disso, também é um mecanismo que insere uma série de outros benefícios, pois reduz-se comportamentos não saudáveis e reduz-se a pressão arterial e a tensão muscular quando esse indivíduo medita e ora (ESPERANDIO, 2020; LEMOS, 2019). Também é um meio de ampliar as chances de adesão desse sujeito a tratamentos médicos e cuidados preventivos, pois, na maioria das vezes, já perderam as esperanças e recusam esta ajuda por não conseguirem enxergar que há uma outra forma de enfrentar a dor e o sofrimento (THIENGO et al., 2019).

Entretanto, na atualidade, o trabalho com a religiosidade e espiritualidade no processo saúde-doença depara-se com duas situações: a necessidade de que esses elementos atuem como um meio de suporte emocional e a falta de preparo dos profissionais da saúde ao incorporar esta questão no dia a dia laboral (THIENGO et al., 2019). Percebe-se que os pacientes, na maior parte dos casos, veem na espiritualidade uma espécie de força e de consolo (ESPERANDIO, 2020). Desenvolvem relações mais profundas ao exercitarem a sua fé nas situações mais cotidianas. Contudo, durante muitos anos, essas duas dimensões não foram consideradas pela saúde, de modo que até hoje muitos profis-

sionais ainda desconhecem como é esta diversidade religiosa que faz parte da identidade cultural do país e ficam apegados apenas às suas convicções religiosas (NEGRO-DELLACQUA et al., 2019; TAVARES, 2020). As dificuldades existem justamente porque os profissionais da saúde renegavam este aspecto.

Tem-se percebido que as pessoas cada vez mais têm expressado as suas necessidades espirituais de uma maneira cada vez mais sutil e corriqueira (LEMOS, 2019). Dar voz a elas é uma forma de tornar esses indivíduos mais esperançosos e dispostos a superar as sensações negativas introduzidas pela própria doença. Quando a religiosidade e a espiritualidade são incorporadas ao processo saúde-doença, tanto o paciente quanto a sua família, que também sofre e se frustra, podem usufruir de uma maneira positiva das práticas espirituais, visto que as sensações negativas são atenuadas. Assim sendo, ao mesmo tempo em que há profissionais da saúde ainda hesitantes quanto ao trabalho com essas duas dimensões no tratamento de uma patologia, muitos deles têm refletido sobre a necessidade de atender às necessidades físicas, mentais e espirituais do paciente que sofre (NEGRO-DELLACQUA et al., 2019).

Todavia, quando se trabalha com crenças religiosas ou espirituais, é necessário que certos cuidados sejam tomados, visto que o Brasil é um país historicamente plural e multifacetado quando o assunto é religiosidade. Nenhuma dessas perspectivas, entendimentos, práticas e ritos devem ser desprezadas na atenuação da dor e do sofrimento por meio do trabalho com a fé e com tais crenças. As crenças religiosas e espirituais do profissional de saúde não devem se sobressair àquelas do paciente, pois este deve se sentir valorizado, e respeitado, acima de tudo. Nesse contexto, a oração ocupa um papel fundamental, pois produz sensações de conforto e esperança, porém, esta não é o único meio a partir do qual um indivíduo pode substituir as sensações negativas, associadas a dor, por aquelas positivas (THIENGO et al., 2019; NEGRO-DELLACQUA et al., 2019).

Por fim, pontua-se que a NANDA *International* tem frisado a importância do cuidado com os aspectos que envolvem a espiritualidade já quando no momento em que o diagnóstico é feito pela equipe de enfermagem, pois, dessa forma, desde o primeiro contato do indivíduo com a doença a ser tratada este, gradativamente, vai aprendendo

a administrar as sensações e emoções a ela relacionadas (THIENGO et al., 2019).

6. Espiritualidade no processo saúde-doença: a sua importância diante da COVID-19

A pandemia ocasionada pela COVID-19 tem feito com que as pessoas se sintam cada vez mais desesperançosas e amedrontadas (HOTT, 2020). A espiritualidade, nesse contexto, tem feito com que esses indivíduos fortaleçam o desejo em lutar pela sobrevivência. Em razão do cenário provocado pela COVID-19, as pessoas têm estado em uma situação de vulnerabilidade e, dessa forma, os esforços relacionados à ênfase na empatia, no respeito e na tolerância têm sido refletidos na saúde física e mental da sociedade (TAVARES, 2020). Como a ameaça da infecção é uma realidade, sensações negativas têm afetado tanto os indivíduos quanto a própria sociedade, que se vê cada vez mais desesperançosa, especialmente quando os indivíduos são acometidos pela doença (HOTT, 2020). É essa a função social da religiosidade e da espiritualidade nesse contexto histórico marcado pela dor e sofrimento: ajudar esses indivíduos a crerem em sua cura (NEGRO-DELLACQUA et al., 2019).

O trabalho com a espiritualidade é fundamental, pois este aspecto é intrínseco à essência do ser humano (ROCHA et al., 2018; NEGRO-DELLACQUA et al., 2019). Atribui-se com isso um novo sentido à vida e à existência. A religiosidade, por sua vez, está ligada à forma como o indivíduo compreende o viver e o morrer. Os seus valores, crenças e práticas religiosas expressam a sua fé. Assim sendo, quando esta passa a ser estimulada, potencializa-se no ser humano outras formas de visualização do sofrimento e da dor. Nesse sentido, quando as práticas são estimuladas, o ser humano consegue lidar de uma melhor forma com as situações complexas e difíceis postas pela vida, como é o caso da COVID-19 (TAVARES, 2020). Como a doença desperta sensações ligadas à desesperança, a espiritualidade acaba sendo uma estratégia interessante.

Ela se torna interessante pois faz com que o indivíduo acometido pela doença (ou que possui um ente querido hospitalizado com sinais graves da doença) encontre dentro de si uma força interior que o permita

chegar a um equilíbrio entre corpo, mente e alma em um momento em que está descreditado e com um medo constante e intenso (HOTT, 2020; NEGRO-DELLACQUA et al., 2019; LEMOS, 2019). O profissional de saúde, ao ajudar o paciente acometido por uma doença, pode fazer com que este ressignifique as suas ideias, perspectivas e valores quanto aos atos de viver, adoecer, sobreviver ou morrer (FISHER, 2009). Quando essas questões não são bem trabalhadas, esses pacientes podem ter crises existenciais que impedem que olhem para o processo saúde-doença de uma outra forma, pois as sensações de desesperança e conformismo (em relação à morte) impedem o enfrentamento deste processo de uma maneira mais humanizada e saudável (TAVARES, 2020).

Com o advento da pandemia, diversas medidas de contenção ao vírus foram criadas e introduzidas no dia a dia não apenas dos brasileiros, porém, essas medidas impactaram de maneira direta na saúde da população global (HOTT, 2020). Mais pessoas foram diagnosticadas com ansiedade, depressão, estresse e outros transtornos mentais. Como as medidas afetaram drasticamente o cotidiano desses indivíduos, muitos não conseguiram lidar com a imprevisibilidade do futuro. Além disso, aqueles que foram acometidos pela COVID-19 ou que perderam entes queridos em função da doença também sofreram e ainda sofrem com as sensações negativas provocadas pela doença. Com isso, tanto os afetados pela doença de maneira direta quanto aqueles que sofreram perdas desenvolveram aflições que afetaram a sua qualidade de vida física e mental (HOTT, 2020). Diante disso, as pessoas têm buscado por meios para lidar com esta dor que é física e emocional ao mesmo tempo.

Os indivíduos que experienciam sofrimentos pessoais ou alheios (o ente querido acometido pela COVID-19) têm se deparado com a necessidade de espiritualizar-se (HOTT, 2020). Diante do agravamento da pandemia, a espiritualidade tem contribuído com a introdução dos sentimentos de esperança, do poder de resiliência e de outras formas de enfrentar a dor, que não é apenas física, mas sobretudo emocional (TAVARES, 2020). É um momento em que os indivíduos têm demonstrado certa fragilidade e vulnerabilidade, tanto em uma perspectiva individual quanto na coletividade. O profissional de saúde, nesse contexto, quando considera a dimensão espiritual, introduz no processo saúde-doença meios que permitem a redução de sensações e emoções negativas, como

a angústia, a frustração, o medo da perda e outras. Essas mudanças têm contribuído para que os indivíduos aceitem as medidas de proteção e os cuidados necessários (TAVARES, 2020).

A promoção do bem-estar, então, deve perpassar por todas as fases do tratamento, desde o diagnóstico até a cura (ou morte). Para tanto, é papel dos profissionais de saúde envolvidos a compreensão de como esse indivíduo se relaciona com a espiritualidade para que, junto a ele, trabalhe com a fé, seja para lidar com a doença, seja para lidar melhor com a perda (NEGRO-DELLACQUA et al., 2019). A fé desponta as sensações de conforto e de tranquilidade, assim como de esperança de cura. Assim sendo, conclui-se que os pacientes que necessitam de cuidados paliativos, como é o caso daqueles acometidos pela COVID-19, carecem de algo que lhes permita acreditar em uma melhora. Encontram em Deus (ou no divino, no transcendente) a resposta para isto. Por esse motivo, na prestação de cuidados paliativos, a espiritualidade deve ser vivenciada. A empatia e a confiança são valores que esses profissionais devem expressar para que o indivíduo descrente passe a olhar para esta vida sob outro viés, mais esperançoso (HOTT, 2020).

Considerações finais

Este estudo tem como considerações finais que atualmente diversas pesquisas têm apontado os benefícios das práticas religiosas e espirituais no processo saúde-doença, uma vez que sensações negativas que impedem esses indivíduos de se sentirem esperançosos, sobretudo quanto a uma possível cura, como é o caso da angústia, da frustração e da sensação de vulnerabilidade, são substituídas pelas novas perspectivas (de cura ou amenização dessa dor que, ao mesmo tempo, é física e emocional). Por esse motivo, quando se discute sobre cuidados paliativos, a literatura ressalta que os ritos, práticas, perspectivas e crenças que colocam esse indivíduo vulnerável em contato com o transcendente têm sido consideradas como um meio complementar de fortalecer a qualidade de vida e o bem-estar físico e mental dos indivíduos acometidos por doenças das mais diversas categorias, como é o caso da COVID-19. O objetivo é transformar a desesperança, por meio do trabalho com a fé, em esperança.

Nesse sentido, esta pesquisa procurou demonstrar que o trabalho com os aspectos espirituais e religiosos, em virtude dos seus efeitos terapêuticos, corrobora com a conquista de um maior bem-estar em um momento em que o paciente e aqueles próximos a ele enfrentam a dor e o sofrimento. Este estudo indica que os profissionais da saúde adotem um olhar mais tolerante e respeitoso quanto às crenças individuais do paciente, pois apenas dessa forma se sentirá confortável para exercer a sua fé e se permitir a ter mais esperança. O olhar empático, cuidadoso, humanizado e atencioso tem feito com que haja uma melhora significativa no quadro geral do paciente. Assim sendo, mesmo diante dos desafios relacionados ao trabalho com esta temática, é essencial que a equipe médica como um todo desenvolva competências e habilidades para que essas questões não sejam ignoradas, pois impactam a vida do indivíduo de maneira positiva.

Referências

- ALMEIDA, M. R. H. de. Religião e modernidade: algumas conclusões acerca do processo de secularização no ocidente. **Cadernos de Campo: Revista de Ciências Sociais**, n. 11, p. 33-45, 2005.
- ALVES, D. de. A. et al. Cuidador de criança com câncer: religiosidade e espiritualidade como mecanismos de enfrentamento. **Revista Cuidarte**, v. 7, n. 2, p. 1318-1324, 2016.
- ESPERANDIO, M. Espiritualidade e saúde: a emergência de um campo de pesquisa interdisciplinar. **REVER: Revista de Estudos da Religião**, v. 20, n. 2, p. 7-10, 2020.
- ETZIONI, A. **The Spirit of Community: Rights, Responsibilities and the Communitarian Agenda**, London: Fontana Press, 1995.
- GIORDAN, G. Spirituality: From a Religious Concept to a Sociological Theory. *In*: FLANAGAN, K.; JUPP, P. C. **A Sociology of Spirituality**. Burlington, VT: Ashgate Publishing company, 2007. pp. 161-180. 2007.
- HEELAS, P.; SEEL, B. An Ageing New Age? *In*: DAVIE, G.; HEELAS, P.; WOODHEAD, L. **Predicting Religion: Christian, Secular and Alternative Futures**. (Eds). Aldershot: Ashgate, 2003. pp. 229-248
- HEELAS, P.; WOODHEAD, L. **The Spiritual Revolution: why religion is giving way to spirituality**. Oxford, UK: Blackwell Publishing, 2005.
- HOTT, M. C. M. COVID-19: a espiritualidade harmonizando saúde mental e física. **Journal of Health & Biological Sciences**, v. 8, n. 1, p. 1-3, 2020.

- INOUE, T. M.; VECINA, M. V. A. Espiritualidade e/ou religiosidade e saúde: uma revisão de literatura. **J Health Sci Inst.**, 2017.
- KOENING, H. G.; KING, D. E.; CARSON, V. B. A history of religion medicine and healthcare. *In: Handbook of Religion and Health*. 2ª ed. New York: Oxford University Press, 2012.
- LEMOS, C. T. Espiritualidade, religiosidade e saúde: uma análise literária. **Revista Caminhos-Revista de Ciências da Religião**, v. 17, n. 2, p. 688-708, 2019.
- MELO, A. M. D. S. **A influência da religiosidade/espiritualidade no processo saúde-doença**. 2020. Centro Universitário CESMAC, 2020.
- MELLO, M. L.; OLIVEIRA, S. S. Saúde, religião e cultura: um diálogo a partir das práticas afro-brasileiras. **Saúde e Sociedade**, v. 22, n. 4, p. 1024-1035, 2013.
- MOTAK, D. Postmodern spirituality and the culture of individualism. **Scripta Instituti Donneriani Aboensis**, v. 21, p. 129-141, 2009.
- NEGRO-DELLACQUA, M. et al. Panorama sobre espiritualidade e saúde: o que literatura científica aponta sobre o tema nos últimos 5 anos? **Research, Society and Development**, v. 8, n. 7, p. e10871103-e10871103, 2019.
- PESSINI, L. Bioética, espiritualidade e a arte de cuidar em saúde. **O Mundo da Saúde**, v. 34, n. 4, p. 457-465, 2010.
- ROCHA, R. C. N. P. et al. Necessidades espirituais vivenciadas pelo cuidador familiar de paciente em atenção paliativa oncológica. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 71, n. 6, p. 2635-2642, 2019.
- SALGUEIRO, D. I.; MONTEIRO, S. A espiritualidade New Age na cultura pós-moderna. 2016.
- SANTOS, N. C. dos.; ABDALA, G. A. Religiosidade e qualidade de vida relacionada à saúde dos idosos em um município na Bahia, Brasil. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 17, n. 4, p. 795-805, 2014.
- SNIECIKOSKI, A. C. **Religião líquida: o fenómeno da espiritualidade na pós-modernidade**. 2020. 85f. Dissertação (Mestrado em Sociologia) - Universidade do Minho, Braga, Portugal, 2020.
- SILVA, J. B. da; SILVA, L. B. da. Relação entre religião, espiritualidade e sentido da vida. **Revista da Associação Brasileira de Logoterapia e Análise Existencial**, 2014.
- STEPHANINI, V.; BROTTTO, J. C. de P. A quebra de paradigmas religiosos em tempos de pandemia: dos templos para as casas e para as mídias. **PLURA, Revista de Estudos de Religião**, 2021.

TAVARES, C. Q. Dimensões do cuidado na perspectiva da espiritualidade durante a pandemia pelo novo coronavírus (COVID-19). **Journal Health NPEPS**, v. 5, n. 1, p. 1-4, 2020.

THIENGO, P. C. da. S. et al. Espiritualidade e religiosidade no cuidado em saúde: revisão integrativa. **Cogitare Enfermagem**, v. 24, p. 1-12, 2019.

TOMASSO, C. de S.; BELTRAME, I. L.; LUCCHETTI, G. Conhecimentos e atitudes de docentes e alunos em enfermagem na interface espiritualidade, religiosidade e saúde. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**. 2011.

Submetido em: 26-10-2022

Aceito em: 27-2-2023