



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO  
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

OTAVIO SERGIO SANTOS CUTRIM

BENEFÍCIOS DA RELIGIOSIDADE E ESPIRITUALIDADE NA SAÚDE MENTAL

SÃO PAULO  
2020

OTAVIO SERGIO SANTOS CUTRIM

BENEFÍCIOS DA RELIGIOSIDADE E ESPIRITUALIDADE NA SAÚDE MENTAL

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado  
ao Curso de Especialização em Saúde da  
Família da Universidade Federal de São Paulo  
para obtenção do título de Especialista em  
Saúde da Família

Orientação: JULIANA MARCELA FLAUSINO

SÃO PAULO  
2020

## **Resumo**

Atualmente a pós modernidade mostra que o ser humano passa por uma crise de identidade, Apesar do alto grau de independência e domínio, possibilitado pela ciência e a técnica, os indivíduos vivem numa situação de desamparo e ansiedade existencial (1). Existe um consenso entre cientistas sociais, filósofos e psicólogos sociais de que a religião e a espiritualidade são importantes fatores de significação e ordenação da vida, sendo fundamental em momentos de maior impacto na vida das pessoas(2). Os problemas espirituais, afetivos e sociais são demandas importantes na vida e o fato de não levar em conta esse aspecto da vida muitas vezes gera muitos transtornos. A grande importância desse tema na atualidade leva a um crescente interesse acadêmico por pesquisar esse fenômeno devido a suas implicações para o bem estar e a qualidade de vida das pessoas. Essa relação entre saúde e religiosidade/espiritualidade torna-se um campo de estudo promissor, ao mesmo tempo controverso e desafiador (3). Foram analisados 12 documentos entre livros e artigos, este trabalho tem como objetivo analisar material já existente que falam deste assunto. Os resultados mostraram que a religiosidade e a espiritualidade têm correlação com a qualidade de vida, atuando principalmente como enfrentamento em situações adversas. Assim, fica evidente a importância desses fenômenos para as práticas de saúde, ressaltando-se a necessidade de valorizá-los e incluí-los nas formações profissionais.

## **Palavra-chave**

Conflito. Conscientização. Alcoolismo. Abuso de Drogas. Acolhimento. Saúde Mental.

## **PROBLEMA/SITUAÇÃO**

Existe uma demanda grande de pacientes que procura a unidade devido a vícios, tais com: consumo de álcool, drogas de todas as espécies, prostituição, entre outros, que como consequências geravam sentimentos de: culpa, desespero, solidão, ansiedade, angústia, depressão, tensão, sentimento de desvalia. Todos esses sentimentos se misturam gerando transtornos psiquiátricos que em alguns casos se faz necessário uso de medicação

## **ESTUDO DA LITERATURA**

A busca de sentido e de significado é uma das necessidades fundamentais do ser humano, que o distingue das demais espécies, até onde sabemos. O ser humano é um ser em relação: consigo mesmo, com seus semelhantes, com a natureza, com a divindade. A espiritualidade sempre tem a ver com o transcender a si mesmo e para transcender a si mesmo é preciso entrar em relação (Ferrer, 2002). De acordo com Goswami (2006), a mente não é física, assim, não é atribuída ao corpo ou ao cérebro, mas sim, extra-física. Assim, reconhecer a capacidade que nos distingue das demais espécies, e diferencia nossa mente de uma máquina, aceitando-a como algo externo ao próprio corpo, é reconhecer a espiritualidade. O interesse sobre a espiritualidade e a religiosidade não é uma novidade no curso da história humana. Contudo, apenas recentemente a ciência tem demonstrado interesse em investigar o tema. No começo dos anos de 1960, os estudos eram dispersos e, nesse período, surgiram os primeiros periódicos especializados, entre os quais o *Journal of Religion and Health*. A partir dessa época, estudos realizados sobre espiritualidade e religiosidade em amostras específicas (por exemplo, enfermidades graves, depressão e transtornos ansiosos) mostraram pertinência quanto à investigação do impacto dessas práticas na saúde mental e na qualidade de vida (Propst, 1992; Azhar et al., 1995; Pargament, 1997; Koenig, 2001; Berry, 2002). Em virtude do papel que as crenças religiosas e espirituais podem ter na doença psiquiátrica, é importante que os médicos coletem uma história espiritual em que sejam exploradas as crenças do paciente que podem estar influenciando a doença mental e como o paciente está lidando com a doença. Além disso, são necessárias muito mais pesquisas para melhor compreender como os diversos sistemas de crenças religiosas no Brasil e em outros países da América do Sul interagem com e influenciam os transtornos mentais. A área da religião e da saúde mental é um campo clínico e de pesquisa com enorme potencial. Devido a esse potencial novas pesquisas e discussões estão em andamento que, em última instância, permitirão que os clínicos reconheçam a importância das crenças espirituais na saúde e nas doenças mentais dos pacientes que servimos, desse modo conduzindo a uma nova era de cuidados psiquiátricos culturalmente sensíveis à pessoa como um todo.

## **AÇÕES**

Foi organizado um grupo que se encontra todas as sexta-feira, no horário da manhã, por 3 horas, seguindo uma agenda já pré estabelecida, este grupo é composto em sua maioria por mulheres advindo de uma casa de recuperação com todos esses vícios já descrito acima no "problema", e também aberto ao público frequentador da unidade de saúde em geral. Durante o grupo sempre a primeira vez do paciente era em consulta médica, afim de entender a história do paciente, desde sua infância, suas escolhas e o por que de estar naquela situação, em seguida o paciente era inserido no grupo onde era debatido assuntos relacionado a vida em que se debatia sobre assuntos relacionados ao dia-dia sempre tendo Deus, espiritualidade e religiosidade como embasamento, no decorrer do tratamento sempre a parte medicamentosa era ajustada conforme necessário, também existia o apoio da psicóloga do serviço, enfermagem e do ACS.

## RESULTADOS ESPERADOS

Participaram do estudo 24 pacientes, sem levar em consideração qualquer fator excludente, tendo em vista que o unico fator includente se tratava do vicio, assim, este pacientes de forma que foi dividido em 3 grupos de 8 pacientes.

### RESULTADOS TOTAL/CONCLUSÃO

1° Grupo: Psicoterapia individual + Grupo + Medicação 6 pctes / melhora  
parcial e/ou total dos vicios | 2 pctes s/melhora e/ou piora dos vicios - Dos 24  
pcte que participaram do estudo 37,5% tiveram uma

2° Grupo: Psicoterapia em Grupo + Medicação 2 pctes / melhora  
parcial e/ou total dos vicios | 6 pctes s/melhora e/ou piora dos vicios melhora  
do quadro e 62,5% mantiveram ou pioraram seu quadro

3° Grupo: Psicoterapia em Grupo + Medicação 1 pctes / melhora  
parcial e/ou total dos vicios | 7 pctes s/melhora e/ou piora dos vicios outro fato  
importante mostrado, foi que o principal fator de

melhora, ocorreu quando a psicoterapia individual  
fez parte  
do tratamento.

## REFERÊNCIAS

- Azhar, M.Z.; Varma, S.L. (1995). Religious psychotherapy in depressive patients. *Psychother Psychosom* 63(3-4):165-168
- BÍBLIA Sagrada: Tradução: Nova Almeida Atualizada. São Paulo: Sociedade Bíblica do Brasil, 2017
- Berry, D. (2002). Does religious psychotherapy improve anxiety and depression in religious adults? A review of randomized controlled studies. *Int J Psychiatr Nurs Res* 8(1):875-890
- Berger P. L. (1997). Um rumor de anjos: a sociedade moderna e a redescoberta do sobrenatural. Petrópolis: Ed. Vozes
- Dalgalarrrondo P. Religião, Psicopatologia e saúde mental. Porto Alegre: Artes Médicas; 2008
- Giddens, A. (2002). Modernidade e identidade. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editores
- Goswami, A. (2006) O Médico Quântico. São Paulo, Pensamento - Cultrix
- KOENIG, Harold G.. Religião, espiritualidade e psiquiatria: uma nova era na atenção à saúde mental. *Rev. psiquiatr. clín.* [online]. 2007, vol.34, suppl.1 [cited 2020-04-27], pp.5-7. Available from: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0101-60832007000700002&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-60832007000700002&lng=en&nrm=iso)>. ISSN 0101-6083. <https://doi.org/10.1590/S0101-60832007000700002>.
- MELO, Cynthia de Freitas; SAMPAIO, Israel Silva; SOUZA, Deborah Leite de Abreu e PINTO, Nilberto dos Santos. Correlação entre religiosidade, espiritualidade e qualidade de vida: uma revisão de literatura. *Estud. pesqui. psicol.* [online]. 2015, vol.15, n.2 [citado 2020-04-27], pp. 447-464 . Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-42812015000200002&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812015000200002&lng=pt&nrm=iso)>. ISSN 1808-4281
- MURAKAMI, Rose and CAMPOS, Claudinei José Gomes. Religião e saúde mental: desafio de integrar a religiosidade ao cuidado com o paciente. *Rev. bras. enferm.* [online]. 2012, vol.65, n.2 [cited 2020-04-27], pp.361-367. Available from: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-71672012000200024&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672012000200024&lng=en&nrm=iso)>. ISSN 0034-7167. <https://doi.org/10.1590/S0034-71672012000200024>.
- Pargament, K.I.; Olsen, H.; Reilly, B.; Falgout, K.; Ensing, D.S.; Haitzma, K.V (1992). God help me (II): the relationship of religious orientations to religious coping with negative life events. *J Sci Study Relig* 31(4):504-513
- Propst, L.R.; Ostrom, R.; Watkins, P.; Dean, T.; Mashburn, D. (1992). Comparative efficacy of religious and nonreligious cognitive-behavioral therapy for the treatment of clinical depression in religious individuals. *Journal of consulting and clinical psychology* 60(1):94-103
- Saad, M.; Masiero, D.; Battistella, L.R. (2001). Espiritualidade baseada em evidências. *Acta Fisiátrica* 8(3):107-112
- Ferrer, J. (2002). Medicina y Espiritualidad: redescubriendo una antigua alianza. In: *Bioética: um diálogo Plural (Homenaje a Javier Gafo Fernández)*. Madrid: Ed. Univ. Pontificia Comillas,:891-917



- Volcan, S. M. A; Sousa; Mari, J. J.; Horta, B. L. (2003). Relação entre bem-estar espiritual e transtornos psiquiátricos menores: estudo transversal. Revista de Saúde Pública. São Paulo; 37 (4), 440-445.

- WHITE, Ellen. Mente, Caráter e Personalidade. Tatui-SP: Casa Publicadora Brasileira, 2007.1 , 2 vol.