

Espiritualidade, Psicologia e Saúde



Dra. Arianne de Sá
Psicóloga Clínica (CRP 07/15985)
Terapeuta Cognitivo-Comportamental
Hipnoterapeuta (Hipnose Clínica)
Mestre em Psicologia (UFRGS)
Doutoranda em Psicologia Clínica (PUCRS)
ariannedesa@yahoo.com.br
(51) 3042-2105/ 8196-2329

Nos Estados Unidos, a posição dos profissionais da saúde perante a questão “cura pela fé” vem sendo tratada de forma mais atenta e menos preconceituosa nos últimos anos. Essa postura afetou o treinamento de estudantes de medicina nesse país. Em 1992, apenas quatro das 125 escolas de medicina ofereciam cursos que inter-relacionassem a religião e a medicina. Já, em 1999, mais de 60 escolas médicas ofereciam tais cursos, dentre elas as conceituadas Harvard University e a Johns Hopkins University (Koenig, McCullough, & Larson, 2001). Por outro lado, no Brasil, ainda há uma visão preconceituosa de estudantes e profissionais da medicina e da psicologia no que diz respeito à espiritualidade como uma dimensão de saúde que deve ser trabalhada em si e nos pacientes (Gastaud et al., 2006) .

No entanto, mesmo diante de resistências individuais, o interesse da Psicologia pela Espiritualidade tem aumentado significativamente nos últimos anos. Sobretudo nos

Estados Unidos, de onde nos vem a maior influência no campo da Psicologia, o tema “espiritualidade” é abordado em congressos, artigos, livros e *handbooks* (Paiva, 2011; Paloutzian & Park, 2005). O DSM, Manual diagnóstico e estatístico das doenças mentais, desde a edição de 1994, inclui a espiritualidade entre as condições que podem ser foco de atenção clínica (American Psychiatric Association, 1995). No Brasil, também estão ocorrendo diversos eventos científicos ligados ao assunto. Em Porto Alegre ocorreu, em 2003, na Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, o *Encontro Gaúcho de Espiritualidade e Qualidade de Vida*, com várias contribuições da Psicologia. O Grupo de Trabalho *Psicologia & Religião*, da Anpepp, realizou, em 2004, em Campinas, um Seminário temático acerca de Psicologia e Espiritualidade (Amatuzzi, 2005). No Rio de Janeiro, o Centro Loyola de Fé e Cultura dedicou, em 2005, uma Jornada de Psicologia e Espiritualidade (Paiva, 2011). Nesses encontros, discutiu-se a relação da espiritualidade com diversas áreas do comportamento: psicoterapia, organizações, personalidade e identidade (Ancona, 2005; Paiva, 2011; Piedmont, 1999).

A relevância da prática de uma religião e da fé no estabelecimento adequado da saúde, em diversos níveis, vem sendo estudada e confirmada. Hoje já existe literatura substancial e concreta associando positivamente a religiosidade ao bem-estar físico, mental e social do ser humano (Koenig, Meador, & Parkerson, 1997; Lotufo Neto, 1997; Moreira-Almeida, Lotufo-Neto, & Koenig, 2006; World Health Organization, 1998; Sousa, Tillmann, Horta, & Oliveira, 2001). A religiosidade foi considerada como sendo um fator protetor para o suicídio, abuso de drogas e álcool, comportamento delinqüente, satisfação marital, sofrimento psicológico e alguns diagnósticos de psicoses funcionais (Levin & Chatters, 1998).

Atualmente, o bem-estar espiritual é uma dimensão da avaliação do estado de saúde, junto às dimensões corporais, psíquicas e sociais, conforme proposto pela

Organização Mundial de Saúde (Fleck, Borges, Bolognesi, & Rocha, 2003). Além disso, um Manual de Religião e Saúde Mental, publicado em 1998, levanta dezenas de evidências científicas que apontam para uma relação positiva direta entre religiosidade e o enfrentamento do estresse e de eventos negativos da vida. Também revela uma relação negativa desta variável com patologias como: depressão, ansiedade, psicoses e dependência (Koenig, 1998). Sendo assim, enquanto a ciência os profissionais da saúde se apropriam da temática, tenha fé, pratique alguma religião e a estimule tais condutas nas pessoas ao seu redor! A sua saúde agradece!

Referências Bibliográficas:

- Amatuzzi, M.M. (Org.) (2005). Psicologia e Espiritualidade. São Paulo: Paulus.
- American Psychiatric Association (1995). Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais -DSM-IV, (4ª ed.). Porto Alegre: Artes Médicas.
- Ancona-López, M. (2005). A espiritualidade e os psicólogos. In M.M.Amatuzzi, op.cit., 147-159.
- Fleck, M.P.A., Borges, Z.N., Bolognesi, G., & Rocha, N.S. (2003). Desenvolvimento do WHOQOL, módulo espiritualidade, religiosidade e crenças pessoais. Revista de Saúde Pública 37(4), 446-455.
- Gastaud, M. B., Souza, L. D. M., Braga, L., Horta, C. L., Oliveira, F. M., Sousa, P. L. R., & Silva, R. A. (2006). Bem-estar espiritual e transtornos psiquiátricos menores em estudantes de Psicologia: estudo transversal. Revista de Psiquiatria do Rio do Rio Grande do Sul, 28 (1), 12-18.
- Koenig, H.G., Meador, K., & Parkerson, G. (1997). Religion Index for Psychiatric Research: a 5-item Measure for Use in Health Outcome Studies. American Journal of Psychiatry, 154, 885-886.
- Koenig, H.G (1998). Manual de Religião e Saúde Mental. New York: Academic Press.
- Koenig, H.G., McCullough, M.E., & Larson, D.B. (2001). Manual de Religião e Saúde (pp 514 -554). Oxford: Oxford University Press.

- Levin, J.S., & Chatters, L.M. (1998). Research on religion and mental health: an overview of empirical findings and theoretical issues. In: Koenig H.G. (Ed.), Handbook of religion and mental health (pp.33-50). London: Academic Press.
- Lotufo Neto F. (1997). Psiquiatria e religião: a prevalência de transtornos mentais entre ministros religiosos. Unpublished doctoral dissertation, Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Instituto de Psicologia, Universidade Federal de São Paulo. São Paulo, Brasil.
- Moreira-Almeida, A., Lotufo-Neto, F., & Koenig, H.G. (2006). Religiousness and mental health: a review. Revista Brasileira de Psiquiatria, 28(3), 242-250.
- Paiva, G.J. (2011). Psicologia e Espiritualidade [Abstracts]. In Encontros na Psicologia – Unifil (Ed.) Resumo de palestra, 1ª Edição do Encontros na Psicologia (p.15). Londrina, Brasil: Unifil.
- Paloutzian, R.F. & Park, C.L. (Orgs.) (2005). Handbook of the psychology of religion and spirituality. New York-London: The Guilford Press.
- Piedmont, R. (1999). Does spirituality represent the sixth factor of personality? Spiritual transcendence and the five-factor model. Journal of Personality, 67, 985-1014.
- Sousa, P.L.R., Tillmann, I.A., Horta, C.L., & Oliveira, F.M. (2001). A religiosidade e suas interfaces com a medicina, a psicologia e a educação: o estado de arte. Psiquiatria na Prática Médica, 34(4), 112-117.
- World Health Organization (1998). Division of mental health and prevention of substance abuse. WHOQOL and spirituality, religiousness and personal beliefs (SRPB) - report on WHO Consultation. Geneve: WHO.