

UNIVERSIDADE DE UBERABA
THAÍS CAROLINE OLIVEIRA SILVA

RELIGIOSIDADE/ESPIRITUALIDADE: INVISÍVEL COMPROVADO

UBERABA - MG

2022

UNIVERSIDADE DE UBERABA
THAÍS CAROLINE OLIVEIRA SILVA

RELIGIOSIDADE/ESPIRITUALIDADE: INVISÍVEL COMPROVADO

Projeto de Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Universidade de Uberaba como exigência obrigatória para obtenção do título de bacharel em Psicologia.

Orientadora: Prof^a. Camila Aparecida P. Borges

UBERABA - MG

2022

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	5
2 METODOLOGIA	6
3 RESULTADOS E DISCUSSÃO	7
3.1 Crença, hipótese e ciência: o conceito de crença.....	7
3.2 A diferença entre crença e hipótese	8
3.3 A importância da hipótese para a ciência	9
4 RELIGIOSIDADE E ESPIRITUALIDADE	10
4.1 Conceito de Religiosidade e espiritualidade	10
5 RELIGIOSIDADE, ESPIRITUALIDADE E CIÊNCIA: UNIÃO POSSÍVEL? .	11
5.1 A ignorância da ciência diante do invisível comprovado.....	12
5.2 “Espiritualidade baseada em evidências” e a saúde como um todo	13
5.3 R/E e o coping religioso	14
5.4 R/E e a qualidade de vida.....	15
5.5 R/E e a saúde mental	16
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS	16
REFERÊNCIAS	18

AGRADECIMENTO

Agradeço primeiramente à Deus por toda sua Graça e Amor ao ter me dado sabedoria e discernimento para dissertar sobre este aspecto tão essencial ao ser humano. Ebenézer, até aqui nos ajudou o Senhor.

Agradeço à minha mãe, Cristiane por ter me transmitido tanta força durante este processo tão importante na minha vida e também ao meu pai, José dos Reis (In

Memorian) que sonhou e acreditou em mim até quando foi possível estar ao meu lado em 2021.

Agradeço aos meus avós maternos, Divino e Helena e também aos paternos Belchior e Gerçi por terem sido instrumentos cruciais para que eu pudesse alcançar este estágio de auto-realização.

Agradeço ao meu querido noivo e também aos meus amigos leais por toda paciência e compreensão para comigo nestes dias que exigiram de mim uma parcela de tempo maior devido à vida acadêmica.

Por último e não menos importante, agradeço aos meus professores por todo aprendizado que adquiri até aqui, pois, foram de grande valia para a minha evolução enquanto ser humano e profissional.

SILVA, Thaís C. O.; **Religiosidade/Espiritualidade: invisível comprovado**. Uberaba/MG, 2022. Monografia 19 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia). Universidade de Uberaba. Orientadora: Prof. Me. Camila Aparecida Peres Borges.

RESUMO

A Religiosidade/Espiritualidade é considerada como “Invisível Comprovado”, pois, tornou-se possível perceber a sua eficácia e ação benéfica ao ser de maneira cientificamente comprovada. Este trabalho teve como objetivo compreender e identificar os benefícios e a importância da religiosidade/espiritualidade em relação à saúde, a partir da revisão narrativa da literatura científica. Trata-se de um estudo de

revisão narrativa da literatura científica, que tem como pergunta norteadora: “Quais são os impactos positivos da Religiosidade/Espiritualidade sobre a saúde?”. As buscas foram realizadas em livros, manuais e também nas bases eletrônicas LILACS, SciELO e Pepsic utilizando-se combinações que abordem o tema. Evidenciou-se, dados e esclarecimentos importantes sobre o tema, afim de conscientizar o(a) leitor(a) sobre a importância e também ferramentas a serem utilizadas em benefícios do próprio ser através da R/E. Sabe-se que é necessário compreender para posteriormente usufruir, ou até mesmo utilizar as “ferramentas” que o invisível comprovado dispõe para a sociedade como um todo, seja através da saúde, cultura, bem-estar físico, mental, e/ou social. Ciência e religião não se opõem, ambas se complementam e atuam no e através do ser humano e suas diversas dimensões, sejam elas de cunho emocional, mental, físico, social, cultural, etc. O homem é um ser biopsicossocial (e espiritual) e nenhum dos fatores que assim o faz devem ser anulados, mas, entendidos e respeitados.

Palavras-chave: Religiosidade/Espiritualidade. Psicologia. Religião. Qualidade de Vida e Saúde.

1 INTRODUÇÃO

Durante um longo espaço de tempo, o vínculo entre ciência e espiritualidade/religiosidade foi considerado como polêmico, ineficaz ou até mesmo inexistente para muitos estudiosos. Ainda é um tabu falar sobre tais questões na atualidade, mas, diversas pesquisas e estudos comprovam que a aproximação entre esses campos tão distintos é capaz de ofertar diversos benefícios para o indivíduo como um todo.

É necessário compreender que embora sejam apresentadas como sinônimos pelo senso comum, a Religiosidade/Espiritualidade se diferem em seus respectivos significados e se complementam ao mesmo tempo. A religiosidade envolve sistematização de culto e doutrina compartilhadas por um grupo, já a espiritualidade está afeita a questões sobre o significado e o propósito da vida, com a crença em aspectos espiritualistas para justificar sua existência e seus significados (SAAD, 2001; POWELL, 2003).

Ambas são tidas como peças fundamentais no desenvolvimento da subjetividade, pois, são fatores que influenciam no comportamento, processos psíquicos, singularidades, relações sociais, experiências, vivências e maneiras de pensar e agir, proporcionando reflexos positivos na saúde de quem as tem como referência.

De acordo com a OMS, saúde se define como o estado de completo de bem-estar físico, mental e social, se contrapondo ao simples fato da presença ou ausência da doença. A partir de 1998, a organização passou a considerar cientificamente a espiritualidade/religiosidade/crenças pessoais como um conjunto de aspectos utilizados para avaliar a saúde e qualidade de vida de pessoas de diversas faixas etárias.

É cada vez mais evidente que o diálogo entre “ciência e fé” está sendo pacificado, se comparado aos tempos passados. As comprovações científicas são responsáveis por este pequeno avanço. A religiosidade/espiritualidade é

um fator relevante e está presente na sociedade desde os primórdios, apresentado ampla importância cultural através de suas práticas e ensinamentos que se estendem até os dias de hoje. Deve ser compreendida, respeitada e usada em prol das necessidades humanas, pois, é consideravelmente efetiva, podendo se tornar uma grande aliada da ciência, como mostram diversas pesquisas.

Além de dar sentido à vida, é utilizada como suporte terapêutico e social diante das situações de enfrentamento de doenças crônicas/oncológicas, luto, violência, vícios, etc. O modo como o indivíduo utiliza a sua fé para lidar com o estresse e os problemas de vida é denominado por (WONG-MCDONALD; GORSUSH, 2000) como coping religioso.

Moreira- Almeida, Lotufo Neto e Koenig (2006) apontam a necessidade de que, o profissional da área da saúde mental, que realmente considera os aspectos biopsicossociais de seu paciente, aprenda um novo olhar uma nova postura. Partindo do pressuposto que o homem é um ser biopsicossocial (e espiritual), a “fé”, como é popularmente chamada, é um componente que nutre o corpo humano e coopera com os aspectos multidimensionais de sua saúde e bem estar.

O conhecimento acerca desta temática não se restringe exclusivamente aos profissionais da área da saúde física e/ou mental, podendo assim, ser utilizado por qualquer pessoa. Não entender em totalidade os aspectos que compõem o indivíduo pode resultar na ineficácia de tratamentos, ações e relações sociais e aumento de preconceitos sobre R/E.

Diante do conteúdo exposto, o objetivo da pesquisa é compreender e identificar os benefícios e a importância da religiosidade/espiritualidade em relação à saúde.

2 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de revisão narrativa da literatura científica que tem

como pergunta norteadora: “Quais são os impactos positivos da Religiosidade/Espiritualidade sobre a saúde como?”, que analisou e selecionou nove artigos publicados entre 2002 e 2021, disponíveis na íntegra em inglês e português, apresentando em seu conteúdo os benefícios da religiosidade/espiritualidade em relação à saúde e sua correlação com a ciência.

A revisão da literatura narrativa ou tradicional, quando comparada à revisão sistemática, apresenta uma temática mais aberta; dificilmente parte de uma questão específica bem definida, não exigindo um protocolo rígido para sua confecção; a busca das fontes não é pré-determinada e específica, sendo frequentemente menos abrangente. A seleção dos artigos é arbitrária, provendo o autor de informações sujeitas a viés de seleção, com grande interferência da percepção subjetiva (MAGNO, Alexander; DE OLIVEIRA, Glória Maria; RENTERIA, Juan Miguel; GUIMARÃES, Alberto, 2007, p. 429).

As buscas foram realizadas nas bases eletrônicas LILACS, SciELO e Pepsic utilizando-se combinações que abordem o tema desta revisão:

Religiosidade/Espiritualidade, Psicologia e Religião e Qualidade de Vida e Saúde.

Palavras-chave: Religiosidade/Espiritualidade. Psicologia. Religião. Qualidade de Vida e Saúde.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1 Crença, hipótese e ciência: o conceito de crença

A origem da palavra crença vem do latim *credentia.ae*, que significa ação de acreditar, ter fé, ou convicção, na maioria das vezes estando ligada a um teor religioso. A Bíblia Sagrada, um dos livros mais vendidos em todos os tempos define crença e/ou fé como a substância das coisas pelas quais esperamos, a evidência das coisas não vistas (BÍBLIA SAGRADA, Hebreus 11:1).

Já o (DICTIONNAIRE DE LA SOCIOLOGIE, p.106.), expõe que a crença/fé são proposições formuladas ou não - a que um indivíduo ou um grupo dá um assentimento perfeito e que tem por verdadeiras mesmo quando a prova da sua verdade não tem a ver com uma lógica de tipo científico. A partir do momento em que estas crenças emergem da simples convicção vivida, os indivíduos tendem a estabelecer a sua autenticidade numa dupla direção: psicológica, racionalizando-as; social, preservando-as por montagens institucionais de ascendente mais ou menos forte, que se vêem assim elas próprias fortalecidas (DECONCHY, 1980).

Como pôde ser analisado acima, o conceito de crença se atribui à religiosidade/espiritualidade (R/E) de forma praticamente unanime, independente de cultura, época, povo, etc., pois, o ato de crer não está isolado, ou seja, o mesmo está condicionado a algo e/ou alguém que está além do alcance dos olhos, ultrapassando na maioria das vezes a lógica humana.

3.2 A diferença entre crença e hipótese

A suposta rivalidade atemporal entre ciência e R/E, campos considerados antagônicos, tem servido para nutrir pesquisas e estudos sobre a temática a partir do desenvolvimento de hipóteses, ou seja, de possibilidades baseadas nos benefícios da crença na vida do indivíduo.

O número de pesquisas científicas sobre o assunto têm aumentado com decorrer do tempo e aos poucos o que era tido como aspecto negativo e também nocivo à saúde, passa a ser reconhecido como parte constituinte do ser humano e sua subjetividade.

Áreas como Antropologia, História, Teologia também abordam e consideram a R/E como algo importante para o homem, pois, é inerente à sua cultura de maneira direta ou indireta desde a Antiguidade apresentando reflexos na educação, política, relações sociais e comportamento.

Sabe-se que a fé se apresenta como um princípio e a hipótese como uma “ferramenta” responsável por comprová-la (ou não), sendo assim, todo conhecimento científico comprovado sobre o tema atualmente surgiu de diversas hipóteses no passado.

Trazer a influência de fatores normalmente considerados como não científicos em trabalhos admitidos como científicos permite apresentar aspectos dos complexos processos envolvidos no fazer científico (FORATO; PIETROCOLA; MARTINS, 2007, p. 7).

3.3 A importância da hipótese para a ciência

Segundo (PRAIA, 2002, p. 254),

Aquilo que hoje em dia, no discurso científico classificamos de hipótese, apenas pode ser considerado como uma paragem provisória do pensamento, seja por conjecturar um fato descrito de modo a ser susceptível de ser estabelecido ou refutado no quadro dos termos que o definem, seja por propor um conceito que justifique provisoriamente a sua coerência e eficácia no raciocínio explicativo dos fenômenos observados ou provocados.

Pode-se dizer que a hipótese é o conjunto de “por quês” criteriosos que carecem de confirmação negativa ou positiva para alimentar a complexidade da ciência e suas comprovações.

A hipótese é importante e tem o papel e a função de articular e dialogar com diversas teorias e saberes através de observações e experimentos de caráter investigativo afim de buscar resultados de acordo com o objeto da pesquisa em questão, neste caso, a correlação entre Religiosidade/Espiritualidade, Ciência e Saúde.

4 RELIGIOSIDADE E ESPIRITUALIDADE

4.1 Conceito de Religiosidade e espiritualidade

Embora sejam apresentadas como sinônimos pelo senso comum, a R/E se diferem em seus respectivos significados e se complementam ao mesmo tempo. A religiosidade envolve sistematização de culto e doutrina compartilhadas por um grupo, já a espiritualidade está afeita a questões sobre o significado e o propósito da vida, com a crença em aspectos espiritualistas para justificar sua existência e seus significados (SAAD, 2001; POWELL, 2003).

A maneira com a qual a religiosidade é percebida e manifesta pode mudar de um indivíduo para o outro, mesmo que estes sigam o mesmo “manual de fé e prática” e isso envolve questões como usos e costumes, intensidade no ato de crer, interpretação, fatores emocionais, etc.

Quando fala-se de espiritualidade, vale ressaltar que ela pode não estar necessariamente vinculada à religiosidade. Existem muitas pessoas que se consideram espiritualizadas em relação ao sentido que dão as suas vidas, porém, as mesmas não se identificam com nenhum conjunto de práticas religiosas.

Tanto a religiosidade quanto a espiritualidade pode mudar no decorrer da vida do ser humano, de acordo com a visão de mundo, maturidade, percepção e experiências que este adquire, ditando assim, o quanto esse fator o influencia em diversos âmbitos, inclusive na construção da subjetividade e na saúde como um todo.

O Dicionário Oxford (SIMPSON E WEINER, 1989), traz que o significado de espírito é a parte imaterial, intelectual ou moral do homem, a partir de então acreditase que a religião é o principal meio de ligação entre o ser humano e seu “Deus Superior” tendo como objetivo, compreender fatores ligados à existência.

Abaixo estão dispostas algumas colocações sobre a religião, estas foram descritas por estudiosos de diferentes campos do saber e isso mostra a particularidade que há dentro das palavras que estão relacionadas ao mesmo termo:

Uma religião é um sistema solidário de crenças e de práticas relativas a entidades sagradas, ou seja, separadas, interditas; crenças e práticas que unem em uma mesma comunidade moral, chamada Igreja, todos os aderentes” (DURKHEIM, 1996, p.59).

Gostaria de deixar claro que, com a expressão "religião", não me refiro a um credo. Nestes termos, é certo dizer, por um lado, que toda confissão se fundamenta originalmente na experiência do *numinosum*, mas, por outro lado, também na "*pistis*", na fidelidade (lealdade), na fé e na confiança em determinada experiência de efeito numinoso e nas consequentes mudanças na consciência; (...)." (JUNG, 1971, p. 9).

“A religião, com seus símbolos em parte sublimes, em parte encantadores, com seu esplendor poético e suas avassaladoras interpretações da realidade, com seus personagens arrebatadores, que atraem por suas ações e seus sofrimentos comoventes e que, por suas falhas e fraquezas, alertam por um lado e, por outro, novamente insuflam o ânimo na pessoa abatida para com novas forças perseguir seu ideal [...]” (PFISTER, 1928/2003, p.52).

A R/E não se resume a um só conceito se assemelhando a uma receita de bolo. Ao passar por diversas lentes, ela recebe vários significados e todos voltam-se para a fé, ou caridade, se assim puder ser chamada. É correto afirmar que a R/E é história (e não estória). Nos livros, por exemplo, marca de forma indireta as estações de tempo com as expressões “Antes de Cristo” e “Depois de Cristo,” se referindo também aos povos antigos e seus ritos. R/E é a parte da essência imaterial do homem em sua natureza, é a cultura da alma humana! É o “oculto” que aos poucos a ciência reconhece e evidencia.

5 RELIGIOSIDADE, ESPIRITUALIDADE E CIÊNCIA: UNIÃO POSSÍVEL?

Atualmente, a experiência religiosa deixou de ser considerada fonte de patologia e, em certas circunstâncias, passou a ser reconhecida como fonte provedora de reequilíbrio e saúde da personalidade (LEVIN,1996; KOENIG, 2001).

Além de ser um fator cultural muito importante, a R/E é um indicador de saúde e qualidade de vida, pois dispõe, de diversos benefícios para o indivíduo, sendo relacionada até mesmo à redução da taxa de mortalidade.

De acordo com um estudo, onde foram avaliados 6.928 pacientes, entre 16 e 94 anos, durante 28 anos de seguimento, os praticantes regulares de atividades religiosas tiveram menores taxas de mortalidade (STRAWBRIDGE, 1997).

Apesar dos estudos sobre este assunto ainda serem muito escassos é possível constatar que diversas pessoas têm feito da R/E uma fonte de vida. No Brasil, por exemplo, apenas 8% da população declara não ser praticante de nenhuma religião (IBGE, 2010).

O que Saad (2010) chama de “espiritualidade baseada em evidências” está por trás do número crescente dos adeptos da R/E e disponibiliza o respaldo suficiente através de fatos para comprovar que a união entre a fé e a ciência é possível e necessária ao homem.

5.1 A ignorância da ciência diante do invisível comprovado

O ser humano já não é mais refém do modelo biomédico de saúde, onde acreditava-se que apenas a ausência de doenças era responsável por classificá-lo como saudável. Sabe-se que hoje em dia, a ciência médica aderiu e utiliza de um olhar mais humanizado em relação ao ser, onde suas diversas dimensões são (ou deveriam ser) levadas em consideração no processo de saúde/doença.

De acordo com (AIRES, 2005), a humanização da atenção à saúde é um compromisso das tecnociências da saúde, em seus meios e fins, com a realização de valores contrafaticamente relacionados à felicidade humana e democraticamente validados como bem comum.

Em tese muitos profissionais, principalmente os atuantes da área da saúde, ainda ignoram a relevância e os efeitos positivos do “sagrado” para o indivíduo por ignorância, preconceito, medo ou simplesmente falta de preparo.

A R/E comumente não costuma estar presente na grade curricular de diversas graduações, podendo gerar até mesmo a insegurança do profissional que não foi devidamente forjado para lidar situações relativas ao tema em questão, onde conseqüentemente o mesmo não se encontra à parte de tal importância para o indivíduo.

Uma relato de experiência feito com estudantes de Psicologia, por exemplo, identificou que os mesmos relataram não serem preparados para tratarem dessa questão no âmbito da clínica e para lidarem adequadamente com decorrentes implicações de ordem ética, metodológica e epistemológica (FREITAS, 2012).

Os autores (CUNHA E SCORSOLINIC – COMIN, 2019), salientam que é importante que os psicólogos estejam atentos e valorizem a R/E durante sua intervenção, haja vista que sua vivência está relacionada ao processo de saúde/doença, como influências positivas ou negativas na vida de uma pessoa, podendo atuar como um mecanismo de enfrentamento do sofrimento e de fatores estressantes, mas também levar a emoções consideradas negativas.

O bem-estar espiritual é uma dimensão do estado de saúde, junto às dimensões corporais, psíquicas e sociais (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 1998) e não deve ser negligenciado pelos profissionais da saúde, sejam eles, psicólogos, médicos, enfermeiros, etc.

A boa notícia é que apesar de ainda existir um longo trabalho de desmistificação da rivalidade entre fé e ciência, segundo (EPPERLY, 2000), a parede entre medicina e espiritualidade está ruindo: médicos e demais profissionais da saúde têm descoberto a importância da prece, da espiritualidade e da participação religiosa na melhoria da saúde física e mental, bem como para responder a situações estressantes de vida.

5.2 “Espiritualidade baseada em evidências” e a saúde como um todo

Diversos estudos são capazes de comprovar cientificamente que a “espiritualidade baseada em evidências” como nomeia o autor (SAAD, 2010), é capaz de refletir positivamente na vida do ser humano em sua totalidade, ou seja, física e

mentalmente. Além de promover a qualidade de vida, oferece ferramentas para o homem lidar de maneira mais leve com as cargas do enfrentamento do luto e outras situações adversas, usufruindo do *cooping religioso/espiritual*, por exemplo.

5.3 R/E e o *cooping* religioso

Segundo (WONG-MCDONALD; GORSUSH, 2000), o *cooping religioso/espiritual* descreve o modo como os indivíduos utilizam a sua fé para lidar com o estresse e os problemas de vida – ressalta-se que a fé pode incluir religião, espiritualidade ou crenças pessoais.

Já os autores (TIX; FRAZIER, 1998), o definiram como o uso de técnicas cognitivas ou comportamentais baseadas na religiosidade/espiritualidade de cada um perante eventos de vida estressantes.

À princípio, (PARGAMENT, 1988) propõe cinco estilos de CRE baseados nas dimensões *locus* de controle e nível de atividade, subjacentes aos estilos de resolução de problemas, sendo eles:

Autodireção (<i>self directing</i>): O indivíduo tem mais liberdade para dirigir a própria vida apoiando-se na R/E com a finalidade de solucionar problemas, aqui, o sagrado atua de maneira passiva;
Delegação (<i>deferring</i>): O indivíduo é passivo e concedendo a total responsabilidade da resolução dos seus problemas ao sagrado;
Colaboração (<i>collaboration</i>): O indivíduo e o sagrado são ativos diante da resolução de problemas, havendo uma espécie de parceria mútua;
Súplica (<i>pleading ou petitionary</i>): O indivíduo tenta influenciar o sagrado de forma ativa através de preces, orações e petições;
Renúncia (<i>surrender</i>): O indivíduo escolhe renunciar a sua vontade em prol da vontade do sagrado. (Evidencia-se que o termo “sagrado” faz referência ao Deus Superior do indivíduo).

Fonte: PARGAMENT, 1988

Koenig (2002), afirma que os médicos devem avaliar a história espiritual do paciente usando dois minutos adicionais da consulta para entender suas crenças religiosas e o papel desta na saúde e no *cooping* com a doença.

Em todos os estilos de CRE a fé tem função crucial de mediar o diálogo entre a saúde, o sagrado e o ser. Segundo (KOENIG, 2012), a R/E se apresenta como fonte de enfrentamento e proteção, favorecendo o suporte social para as dificuldades.

5.4 R/E e a qualidade de vida

A qualidade de vida é considerada como a percepção do indivíduo de sua posição na vida no contexto da cultura e sistema de valores nos quais vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações (WHOQOL, 1994) e mesmo como uma questão ética (SANTIN, 2002), que deve, primordialmente, ser analisada a partir da percepção individual de cada um (GILL; FEISNTEIN, 1994)

Atualmente, as pesquisas têm demonstrado o fenômeno da religiosidade como um fator influenciador da qualidade de vida dos sujeitos, ressaltando a importância da sua compreensão (ALMEIDA, 2009).

As práticas religiosas/espirituais são responsáveis por inserir o indivíduo em uma nova realidade, onde, na maioria das vezes, o mesmo passa a interagir e se tornar pertencente a um grupo, cultura e seus respectivos hábitos. Através de então há um forte impacto no que se refere às relações sociais, fortalecimento de vínculo, promovendo assim, a socialização do indivíduo.

Entende-se que a socialização se dá do social ao individual e do indivíduo à sociedade em ambas as direções. Estar em sociedade significa participar da dialética da sociedade (BERGER; LUCKMANN, 1978).

A R/E também auxilia o indivíduo na busca pelo propósito de vida através dos valores ensinados, estes, baseados no conjunto de dogmas de cada instituição e fazem com que haja maior autoconhecimento, paz, esperança, perdão, confiança, etc.

5.5 R/E e a saúde mental

A literatura científica aponta para evidências consistentes de que a R/E exerce um papel significativo em vários aspectos da vida, inclusive na saúde das pessoas e principalmente em sua saúde mental (KOENIG, 2014; PRÉCOMA, 2019).

A presença do religioso no modo de construir e vivenciar o sofrimento mental tem sido observada por muitos pesquisadores. Assim é o caso tanto em estudos com contornos mais qualitativos e etnográficos, como com os mais bem quantitativos e epidemiológicos. Isso também é constatável tanto para os transtornos mentais mais leves, como ansiedade e depressão, como para os quadros graves, como nas psicoses. A busca por algum alívio do sofrimento, por alguma significação ao desespero que se instaura na vida de quem adoece, parece ser algo marcadamente recorrente na experiência, sobretudo para as classes populares (DELGALARRONDO, 2007).

A atitude religiosa é uma forma de encontro de sentido de vida e um elemento de prevenção do vazio e do desespero existenciais, constituindo um núcleo importante no modo de ser no mundo e proporcionando maior sensação de valor na vida (AQUINO, 2009).

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A Religiosidade/Espiritualidade é um fator relevante e inerente ao indivíduo, enquanto o mesmo é considerado um ser multidimensional, ou seja, biopsicossocial e espiritual. Tais práticas e ensinamentos sobre esta temática estão presentes na sociedade desde os primórdios e seus benefícios se estendem até os dias de hoje, sendo a “fé” um componente importante que potencializa promoção da saúde e o bem estar como um todo.

Ainda que as pesquisas relacionadas ao vínculo entre saúde e religiosidade/espiritualidade sejam escassas, é possível comprovar cientificamente que existe de fato um impacto positivo na sociedade

através deste, mesmo que desconhecido por muitos devido à falta de informação e/ou interesse sobre o assunto.

Evidenciou-se no presente trabalho, dados e esclarecimentos importantes sobre o tema, afim de conscientizar o(a) leitor(a) sobre a importância e também ferramentas a serem utilizadas em benefícios do próprio ser através da R/E. Sabe-se que é necessário compreender para posteriormente usufruir, ou até mesmo utilizar as “ferramentas” que o invisível comprovado dispõe para a sociedade como um todo, seja através da saúde, cultura, bem-estar físico, mental, e/ou social.

O aspecto enfatizado no decorrer do presente Trabalho de Conclusão de Curso deve ser mais explorado por profissionais afim dos mesmos compreenderem seus respectivos “objetos de estudo” de modo completo, não desconsiderando o que para muitos é de grande valia, sendo capaz de orientar até mesmo o modo que o mesmo se comporta, toma atitudes e enfrenta problemáticas em vários âmbitos de sua vida.

Foi possível compreender através deste que a R/E é capaz de fornecer uma espécie de alimento que tem o intuito de suprir uma das necessidades humanas: o fortalecimento de seu espírito. Pois, do mesmo modo que o corpo material precisa de nutrientes para se manter em plena atividade, o imaterial também carece, e reflete no externo do ser através de várias experiências.

REFERÊNCIAS

- CARVALHO, Patrícia Paiva; SOUZA, Deise Coelho de; ROSSATO, Lucas; SCORSOLINI-COMIN, Fabio. Acolhimento da religiosidade/espiritualidade nas intervenções psicológicas no hospital: relato de experiência. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, [S. l.], v. 10, n. 13, p. 1-8, 2021. Disponível em: <<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/21606>>. Acesso em: 6 mar. 2022.
- PRAIA, João; CACHAPUZ, António e GIL-PÉREZ, Daniel. A hipótese e a experiência científica em educação em ciência: contributos para uma reorientação epistemológica. **Ciência e Educação (Bauru)**, [S.l.], v. 8, n. 2, p. 253-262, 2011. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1516-73132002000200009>>. Acesso em: 6 mar. 2022.
- CUNHA, V. F. da; SCORSOLINI-COMIN, F. A religiosidade/espiritualidade (R/E) como componente curricular na graduação em Psicologia: relato de experiência. **Psicologia Revista**, [S. l.], v. 28, n. 1, p. 193–214, 2019. Disponível em: <<https://revistas.pucsp.br/index.php/psicorevista/article/view/39837>>. Acesso em: 8 mar. 2022.
- ARANHA, Maurício. Alguns aspectos da religião na psicologia analítica. **Ciências e cognição**, Rio de Janeiro, v. 1, p. 76-82, 2004. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S180658212004000100008&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 06 mar. 2022.
- KING JAMES, **BÍBLIA SAGRADA (BKJ, 1611)**. 4. ed. Rio de Janeiro: BV Books, 2021. 2144 p.
- PANZINI, Raquel Gehrke; BANDEIRA, Denise Ruschel. Coping (enfrentamento) religioso/espiritual. **Rev. psiquiatr. clín.**, São Paulo, v. 34, supl. 1, p. 126-135, 2007. Disponível em: <http://old.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010160832007000700016&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 10 mar. 2022.
- FARINHA, Francely Tinel et al. Correlação entre espiritualidade, religiosidade e qualidade de vida em adolescentes. **Revista Bioética**, [S.l.], v. 26, n. 4, p. 567-573, 2018. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1983-80422018264275>>. Acesso em: 10 mar. 2022.

- MELO, Cynthia de Freitas et al. Correlação entre religiosidade, espiritualidade e qualidade de vida: uma revisão de literatura. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 2, p. 447-464, 2015. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S18084281201500020002&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 14 mar. 2022.
- CHRISPINO, A., Albuquerque, M. B. de e Melo, T. B. de. Crença Forte, ciência fraca? Contribuições sobre a relação Ciência e crença para a educação científica e tecnológica em tempos de pós-verdade. **Caderno Brasileiro de Ensino de Física**. Rio de Janeiro, v. 37, n. 3, p. 1684-1721, 2020. Disponível em: <<https://periodicos.ufsc.br/index.php/fisica/article/view/74921>>. Acesso em: 15 mar. 2022.
- BOUDON, Raymond e Outros. **Dicionário de Sociologia**. [s.n.]. [S.l]: Dom Quixote, 1999. 293 p.
- MACIEL, Karla Daniele de Sá Araújo; ROCHA, Zeferino de Jesus Barbosa. Dois discursos de Freud sobre a religião. **Revista Mal-Estar e Subjetividade**, Fortaleza, v. 8, n. 3, p. 729-754, 2008. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S15186148200800030008&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 16 mar. 2022.
- MONTEIRO, Daiane Daitx et al. Espiritualidade / religiosidade e saúde mental no Brasil: uma revisão. **Boletim - Academia Paulista de Psicologia**, São Paulo, v. 40, n. 98, p. 129-139, 2020. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415711X2020000100014&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 20 mar. 2022.
- GIL, Pedro, SONEGO, Joice; ALVES, Cassia e RUDNICKI, Tânia. Espiritualidade e qualidade de vida em praticantes da religião protestante. **Psicologia, Saúde e Doenças**, [S.l], [s.n.], p. 287-296, 2020. Disponível em: < www.sp-ps.pt DOI: <http://dx.doi.org/10.15309/20psd210205>>. Acesso em: 7 abr. 2022.
- PERES, Julio Fernando Prieto; SIMÃO, Manoel José Pereira e NASELLO, Antonia Gladys. Espiritualidade, religiosidade e psicoterapia. **Archives of Clinical Psychiatry**, São Paulo, v. 34, supl 1, p. 136-145, 2007. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0101-60832007000700017>>. Acesso em: 16 abr. 2022.
- OLIVEIRA, Cassiara Boeno Borges de et al. Experiências de adoecimento por condições crônicas transmissíveis: revisão integrativa da literatura. **Saúde e Sociedade**, [S.l.], v. 26, n. 2, p. 510-520, 2017. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0104-12902017159587>>. Acesso em: 28 abr. 2022.
- DESLANDES, Suely.Ferreira. **Humanização dos cuidados em saúde: conceitos, dilemas e práticas**, [s.n.], Rio de Janeiro: FIOCRUZ, 2006. Disponível em: <<https://doi.org/10.7476/9788575413296>>. Acesso em: 30 abr. 2022.

GUIMARÃES, Hélio Penna e AVEZUM, Álvaro. O impacto da espiritualidade na saúde física, **Archives of Clinical Psychiatry**, São Paulo, v. 34, supl 1, p. 88-94, 2007. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0101-60832007000700012>>. Acesso em: 8 mai. 2022.

KASSEBOEHMER, Ana Cláudia. **O método investigativo em aulas teóricas de química: estudo das condições das condições da formação do espírito científico**. 2011. Tese (Doutorado) – Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, 2011. Disponível em:

<<https://repositorio.ufscar.br/bitstream/handle/ufscar/6184/3443.pdf?sequence=1&isAllowed=y> >. Acesso em: 18 mai. 2022.

<<https://repositorio.ufscar.br/bitstream/handle/ufscar/6184/3443.pdf?sequence=1&isAllowed=y> >. Acesso em: 18 mai. 2022.

FERREIRA, Tassiani Turra et al. Percepção de Acadêmicos de Medicina e de Outras Áreas da Saúde e Humanas (Ligadas à Saúde) sobre as Relações entre Espiritualidade, Religiosidade e Saúde. **Revista Brasileira de Educação Médica**, [S.l], v. 42, n. 1, p. 67-74, 2018. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/198152712018v42n1RB20160044>>. Acesso em: 25 mai. 2022.

PAIVA, Geraldo José de. Ciência, religião, psicologia: conhecimento e comportamento. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, São Paulo, v. 15, n. 3, p. 561-567, 2002. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0102-79722002000300010>>. Acesso em: 26 mai. 2022.

PANZINI, Raquel Gehrke et al. Qualidade de vida e espiritualidade. **Archives of Clinical Psychiatry**, São Paulo, v. 34, supl 1, p. 105-115, 2007. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0101-60832007000700014>>. Acesso em 28 mai. 2022.

KOENIG, Harold G. Religião, espiritualidade e psiquiatria: uma nova era na atenção à saúde mental, **Archives of Clinical Psychiatry**, São Paulo, v. 34, supl 1, p. 5-7, 2007. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0101-60832007000700002>>. Acesso em: 29 mai. 2022.

CORDEIRO, Alexander Magno et al. Revisão sistemática: uma revisão narrativa. **Revista do Colégio Brasileiro de Cirurgiões**, [S.l], v. 34, n. 6, p. 428-431, 2007. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0100-69912007000600012>>. Acesso em: 30 mai. 2022.

BRASIL. Ministério da Educação. **Sociologia da Religião**. Brasília. [s.n]. Disponível em:

<https://educapes.capes.gov.br/bitstream/capes/175184/2/Manual_%20Sociologia%20da%20Religi%C3%A3o.pdf>. Acesso em: 30 mai. 2022.