

IMPACTOS DA ESPIRITUALIDADE NA VIDA DA POPULAÇÃO IDOSA

Kelen Jussara Tavares Caminha¹
Iago Alexandre da Silva²
Paulo Fernando da Silva³
José Airton Xavier Bezerra⁴

RESUMO

A espiritualidade se apresenta como uma ferramenta importante para se alcançar um envelhecer com melhor qualidade de vida, servindo esta como suporte emocional, que reflete na saúde dos idosos. O objetivo desta pesquisa é descrever os impactos da espiritualidade na vida das pessoas idosas. O Método trata-se de uma revisão de literatura, desenvolvida mediante busca de artigos nas bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SCIELO) e Base de Dados da Enfermagem (BDENF), durante o mês janeiro de 2019. Os critérios de inclusão foram: publicações que enfocavam os impactos da espiritualidade na velhice, artigos publicados em língua portuguesa, inglesa e espanhola, disponíveis na íntegra e publicados entre os anos de 2011 a 2018. Foram encontrados 206 artigos, após leitura dos resumos nove artigos foram selecionados. Os Resultados possibilitaram a construção de considerações acerca dos impactos da espiritualidade no decorrer do processo de envelhecimento. Na conclusão constatou-se que a espiritualidade desempenha um papel relevante e significativo na saúde mental e física dos idosos. A crença em Deus ou em outra divindade constitui uma necessidade desta população, pois facilita o processo de enfrentamento dos sentimentos e emoções que permeiam o envelhecimento.

Palavras-chave: Envelhecimento, Espiritualidade, Saúde.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional apresenta-se atualmente como uma realidade a ser enfrentada. O número de idosos, pessoas com idade superior a 65 anos, vem crescendo de forma exponencial no Brasil e no mundo. Esse número crescente aliado ao aumento da expectativa de vida da população traz grandes implicações e requer o desenvolvimento de estratégias importantes voltadas para as políticas públicas (ROSA; CHITAS, 2010).

¹ Graduada no Curso de Enfermagem no Instituto de Educação Superior da Paraíba - IESP, kelenjpa@gmail.com;

² Graduando do Curso de Farmácia pela Faculdade São Francisco da Paraíba – FASP, iagoalexandredasilva@hotmail.com;

³ Doutor em Ciências da Educação pela Universidade Nacional de Rosário - UNR, cap_fernando12@hotmail.com;

⁴ Educador Físico, Enfermeiro, Doutor pela Sociedade Brasileira de Terapia Intensiva – SOBRATI, airtonxpb@yahoo.com.br.

No Brasil, de acordo com censo demográfico realizado no ano de 2014, o país contava com uma população total de 204.450.649, sendo que cerca de 11,71% tinham 60 anos ou mais. Espera-se que em 2030 essa porcentagem chegue a 17,98% (BRASIL, 2015).

Nessa conjuntura os profissionais da área da saúde ocupam um papel de destaque visto que o envelhecimento é acompanhado em geral pelo surgimento e/ou agravamento de comorbidades, havendo também uma incidência mais elevada de declínio funcional (LOURENCO *et al.*, 2012).

Com uma expectativa de vida mais elevada, a população idosa vem buscando alternativas para enfrentar da melhor forma possível as diversas alterações fisiológicas e patológicas desse processo. Assim a velhice muitas vezes é marcada pela busca ou retorno a religiosidade, sendo concebida por muitos como algo indispensável (BHU, 2016).

Seguindo essa perspectiva, a espiritualidade bem como a religiosidade se apresentam como uma ferramenta para se alcançar um envelhecer com melhor qualidade de vida, servindo esta como suporte emocional, refletindo diretamente na saúde mental e física destes indivíduos. A espiritualidade é vista como uma dimensão sociocultural que integra uma rede de conceitos construída pelo ser humano para sustentar o sentido da vida e da morte (CORTEZ; TEIXEIRA, 2010).

Entende-se que a espiritualidade constitui uma ferramenta importante, pois possibilita ao idoso a construção de uma nova perspectiva, bem como de uma nova maneira de ser, existir, de interagir com outras pessoas e ainda de enfrentar melhor seus desafios. Desta forma a espiritualidade dá um sentido à existência e aos sentimentos desta população. (LABATE, 2012, FARINASSO; REIS; MENEZES, 2017)

O presente trabalho torna-se relevante, pois promove um aprofundamento da temática abordada, servindo também como guia e fonte de estudos para profissionais da área da saúde que atuam junto à população idosa e para população em geral.

Levando-se em consideração a importância das emoções no viver humano e o inestimável valor atribuído à espiritualidade ao longo do processo de envelhecimento o presente trabalho tem por objetivo descrever os impactos da espiritualidade na vida das pessoas idosas.

METODOLOGIA

Visando-se alcançar uma melhor organização e compreensão da pesquisa realizou-se neste primeiro momento uma análise categórica de cada estudo incluído na revisão integrativa da literatura, onde os mesmos encontram-se elencados no Quadro 1.

Quadro 1 – Apresentação da análise dos artigos abordados acerca dos principais impactos da espiritualidade na vida da população acima de 65 anos (2011 – 2018).

Nº	Autor	Periódico	Título	Resultados
01	Lucchetti <i>et al.</i> , 2011	Revista brasileira de geriatria e gerontologia	O idoso e sua espiritualidade: impacto sobre diferentes aspectos do envelhecimento	O envelhecimento possui uma relação íntima com a espiritualidade nos seus mais diferentes aspectos. Constatou-se que há uma escassez de pesquisas sobre espiritualidade/religiosidade em idosos.
02	Duarte; Wanderley, 2011	Revista <i>Psicologia: teoria e pesquisa</i>	Religião e espiritualidade de idosos internados em uma enfermaria geriátrica	Foi possível constatar a relevância da religião e espiritualidade como recurso de enfrentamento em idosos hospitalizados numa enfermaria geriátrica, dada a importância que atribuem às práticas religiosas privadas e a frequência com que recorrem às mesmas.
03	Zenevicz, Moriguch; Madureir, 2012	RBCEH	O vivenciar da espiritualidade nas alegrias e tristezas experienciadas no processo de envelhecimento e atitudes tomadas frente a elas	Constatou-se que frente às alegrias, tristezas e perdas ocorridas durante o processo de envelhecimento, o ser humano tem reações similares e utiliza estratégias diferenciadas, que dependem de suas experiências, idade, história de vida, cultura e formas de viver a espiritualidade.
04	Farinasso; Labate,	Revista eletrônica de	Luto, religiosidade e espiritualidade: um estudo clínico-	Identificou-se que as crenças religiosas podem contribuir na construção de significado para

	2012	enfermagem	qualitativo com viúvas idosas	o luto facilitando sua elaboração; a igreja serviu como apoio às viúvas ao proporcionar um espaço de socialização e de expressão de sentimentos; e a religiosidade intrínseca e extrínseca foram verbalizadas como protetoras da depressão e de sentimentos de solidão. A religião e a espiritualidade possuem um papel positivo na elaboração do luto.
05	Gutz; Camargo, 2013	Revista brasileira de geriatria e gerontologia	Espiritualidade entre idosos mais velhos: um estudo de representações Sociais	Foram apontadas duas representações sociais da espiritualidade, uma masculina ancorada na ideia de conexão com uma força superior, poder divino ou Deus desvinculado da religião, e outra feminina, ancorada na ideia de transcendência da matéria, parte integrante da vida e religiosidade.
06	Melo; Araújo, 2013	Boletim Academia Paulista de Psicologia	Velhice e espiritualidade na perspectiva da psicologia analítica	O estudo revelou que o sentido da velhice está relacionado ao suporte social do núcleo familiar, saúde e vigor físico, autonomia para novas aprendizagens, qualidade de vida e espiritualidade e experiência/maturidade/sabedoria. Já o sentido da espiritualidade na velhice é associado ao contato íntimo com Deus/oração, sintonia com o universo, fé, amor ao próximo, capacidade para enfrentamento e velhice como momento de viver plenamente a espiritualidade.
07	Soares; Amorim, 2015	Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde	Qualidade de vida e espiritualidade em pessoas idosas	Verificou-se que de um modo geral, os idosos percebem uma qualidade de vida razoável e a esperança demonstrou ser uma

		Mental	institucionalizadas	variável importante pela sua ação moderadora, no domínio social da qualidade de vida. A espiritualidade tende a envolver sentimentos de gratidão pela vida, bem como esperança que facilita o confronto com os desafios impostos pelo processo de envelhecimento.
08	Reis; Menezes, 2017	Revista brasileira de enfermagem	Religiosidade e espiritualidade nas estratégias de resiliência do idoso longo no cotidiano	A pesquisa revelou que Deus ocupa uma posição central em suas vidas, e a leitura da bíblia, A reza do terço e a oração são estratégias de resiliência utilizadas para o enfrentamento de situações desfavoráveis, a recuperação e/ou manutenção da saúde, a proteção pessoal e familiar e, sobretudo, a vivência de uma velhice satisfatória.
09	Luiz <i>et al.</i> , 2018	Revista Temporalis	Envelhecimento e velhice: protagonismo, temporalidade e desafios	Contatou-se que o significado de envelhecimento e velhice remeteu-se, principalmente, às palavras “vida” e “saúde”, indicando que o envelhecer é um processo natural da vida humana, que pode ser ativo, tendo saúde. A gratidão a Deus, pelos desafios superados, pela família e pela casa, como lugar seguro tiveram destaque. O significado do envelhecimento para os idosos entrevistados tem relação direta com o seu contexto de vida.

Os artigos avaliados que abordavam a espiritualidade na população idosa tinham como enfoque principal a descrição dos impactos dessa prática no decorrer do envelhecimento, enfocando a sua importância no enfrentamento de patologias e comorbidades e ainda nos processos de perda, pesar e luto.

DESENVOLVIMENTO

De acordo com Duarte; Wanderley (2011) e Gutz; Camargo (2013) a espiritualidade proporciona sensações positivas de apoio e refúgio para os idosos, esse apoio encontra-se associado não somente a uma crença ou prática religiosa, mas como um meio de se permanecer firme nos mais diversos momentos da vida.

Melo; Araújo (2013) e Soares; Amorim (2015) destacaram em seus estudos que a espiritualidade para os idosos é vivenciada primeiramente no contato íntimo com Deus, sendo este contato alcançado por meio da oração. Os autores demonstraram que a espiritualidade constitui um elemento essencial para se alcançar uma melhor qualidade de vida e bem estar desses indivíduos, uma vez que estes veem a fé na vida como sendo o alimento da alma.

O envelhecimento populacional configura uma conquista e ao mesmo tempo um enorme desafio a ser enfrentado pelos países, uma vez que se apresenta sob diversas implicações de cunho social, político, econômico, financeiro e cultural. Há ainda as implicações relacionadas à prevenção de doenças e preservação e/ou melhoria das condições de saúde e qualidade de vida deste grupo (BRASIL, 2006).

O envelhecer configura-se em um processo multidimensional permeado por incertezas e grandes desafios que requer uma atenção especial do poder público e dos profissionais da saúde. Diversos estudos destacaram que a velhice apresenta-se como um momento onde a espiritualidade é vivenciada plenamente, sendo esta descrita como uma ferramenta importante que favorece a capacidade para lidar com as situações cotidianas, sejam elas positivas ou negativas (DUARTE; WANDERLE, 2011; ZENEVICZ, MORIGUCH; MADUREIR, 2012; LUIZ *et al.*, 2018).

Para Zenevic (2009) a finalidade da espiritualidade varia de acordo com o sujeito, a situação e com o momento da vida, sendo esta mais intensa no decorrer da velhice. Tal experiência religiosa exerce uma influência benéfica, que tem a capacidade de transformar a forma da pessoa enxergar o mundo e o lugar que esta ocupa, assim passa-se a ser mais valorizado o ser do que o ter.

Segundo Labate (2012) e Farinasso; Reis; Menezes (2017) a religião e a espiritualidade possuem impactos positivos na vida de quem as vivencia. Os autores afirmam que tais práticas ajudam na superação do processo de morte e luto, estes destacam ainda a

importância dos profissionais integrarem as crenças religiosas durante a prestação de cuidados aos pacientes.

Para os idosos a crença em algo possibilita a sensação de estar sendo sustentado por um ser que transcende o mundo material, permitindo nesse contexto uma vivência diária pautada na confiança e segurança promovida por algo ou alguém superior. Assim a espiritualidade é vista como uma busca pelo entendimento e compreensão das questões existenciais referentes ao que é considerado sagrado (LUCCHETTI *et al.*, 2011; FARINASSO; LABATE, 2012; GUTZ; CAMARGO, 2013).

De uma maneira geral os artigos avaliados sustentam que a prática da espiritualidade estão associados de uma forma positiva com de bem-estar mental e a qualidade de vida da população idosa, sendo vista ainda como uma forma de lidar melhor com a solidão e até mesmo com a depressão.

Cabe ressaltar que uma experiência religiosa acarreta diversos benefícios, satisfazendo a busca e necessidade de sentido da vida. Estes benefícios são vistos como primordiais, pois ajudam os idosos a lidar com suas realidades e traumas de vida.

Nesse contexto é de suma relevância que todas as pessoas que convivem com o ser idoso considerem sua história espiritual ou religiosa garantindo desta forma que suas crenças e necessidades emocionais sejam abordadas e valorizadas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Constatou-se que a religiosidade e espiritualidade são práticas recorrentes dessa população, que são vistas como um recurso que ajuda no enfrentamento de situações adversas, sendo descritas como uma forma de proteção para doenças como a depressão e afastamento dos sentimentos de solidão. Sete estudos destacaram que a espiritualidade possui um papel positivo durante o processo de luto, apresentando-se como uma maneira de suportar e entender melhor a perda de um ente querido.

Para os autores Duarte; Wanderley (2011); Farinasso; Labate, (2012); Gutz; Camargo, (2013); Melo; Araújo, (2013); e Reis; Menezes (2017), a espiritualidade é ancorada na ideia de conexão com um poder divino ou força superior, representado pela crença em Deus. Os estudos apontaram que Deus ocupa uma posição de destaque na vida desta população, desta forma a leitura da bíblia, a reza do terço, bem como as orações, apresentam-se como medidas

de resiliência, sendo estas utilizadas para o enfrentamento e superação de situações adversas, e ainda para a reabilitação e manutenção da saúde.

Os autores Lucchetti *et al.*, (2011); Duarte; Wanderley (2011); Farinasso; Labate (2012); Gutz; Camargo (2013); Melo; Araújo (2013); e Reis; Menezes (2017) Soares; Amorim (2015); Luiz *et al.*, (2018) mencionaram que a prática da espiritualidade contribui para promoção de uma velhice mais plena e satisfatória, colaborando também para proteção pessoal e familiar. De acordo com os resultados dos artigos pesquisados, a espiritualidade é uma das ferramentas para se alcançar um bem estar mental. Neste contexto, os profissionais da área da saúde devem integrar as crenças religiosas dos indivíduos sob seus cuidados, sendo este marcador da qualidade da assistência à saúde da pessoa idosa.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir dos artigos avaliados contatou-se que a espiritualidade na vida de pessoas idosas desempenha papel relevante e significativo em sua saúde mental e física. A crença em Deus ou em outra divindade constitui uma necessidade para população idosa. Destaca-se que tal crença facilita o processo de enfrentamento dos sentimentos e emoções que permeiam o envelhecimento.

Os idosos lidam melhor com o processo do envelhecer e suas implicações quando fortalecem sua espiritualidade, a partir do exposto percebe-se que as crenças pessoais se apresentaram como uma experiência positiva que está intimamente associada com uma melhor qualidade de vida.

Diante deste contexto, torna-se evidente que a espiritualidade deve ser vista como algo positivo que gera impactos benéficos durante o envelhecimento. É imprescindível que os profissionais da saúde, o poder público e todos os que convivem com esta população destinem uma atenção especial e percebam a espiritualidade como algo de suma relevância que deve ser respeitado e incentivado. Vale ressaltar ainda a necessidade do desenvolvimentos de mais pesquisas relacionados ao tema, promovendo um melhor entendimento da temática em questão.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão Diretoria de Pesquisas. Projeção da população do Brasil e unidades da federação por sexo e idade para o período de 2000 a 2030 [Internet]. Rio de Janeiro: IBGE, 2015 [cited 2019 Feb 21]. Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br/apps/populacao/projecao/>>

BRASIL. Ministério da Saúde (MS). **Envelhecimento e saúde da pessoa idosa** Brasília: MS; 2006.

BHUI, K. A fine balance in the Science of risk and resilience. **Brt J Psych** [Internet]. 2014 [cited 2019 Feb 23];204(5):413-4. Disponível em: <<http://bjp.rcpsych.org/content/204/5/413>>

CORTEZ, E.A.; TEIXEIRA, E.R. O enfermeiro diante da religiosidade do cliente. **Rev Enferm UERJ** [Internet]. 2010 [cited 2019 Feb 22];18(1):114-9. Available from: <<http://www.facenf.uerj.br/v18n1/v18n1a20.pdf>>

DUARTE, F.M.; WANDERLEY, K.S. Religião e Espiritualidade de Idosos Internados em uma Enfermaria Geriátrica. **Rev. Psicologia: Teoria e Pesquisa**. Jan-Mar 2011, Vol. 27 n. 1, pp. 49-53.

FARINASSO, A.L.C.; LABATE, R.C. Luto, religiosidade e espiritualidade: um estudo clínico-qualitativo com viúvas idosas. **Rev. Eletr. Enf.** [Internet]. 2012 jul/sep;14(3):588-95. Disponível em: <<http://www.fen.ufg.br/revista/v14/n3/v14n3a15.htm>> Acesso em 20. fev. 2019.

GIL, A.C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2010. 184p.

GUTZ, L.; CAMARGO, B.V. Espiritualidade entre idosos mais velhos: um estudo de representações sociais. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.** Rio de Janeiro, 2013; 16(4):793-804.

KÖCHE, J.C. **Fundamentos de Metodologia Científica**: teoria da ciência e iniciação à pesquisa. 29. ed. Petrópolis: Vozes, 2011.

LOURENCO, T.M.; LENARDT, M.H.; KLETEMBERG, D.F.; SEIMA, M.D.; TALLMANN, A.E.C.; NEU, D.K.M.; Capacidade funcional no idoso longevo: uma revisão integrativa. **Rev Gaucha Enferm** [Internet]. 2012 [cited 2019 fev 21];33(2):176-85. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rgenf/v33n2/25.pdf>>

LUCCHETTI, G.; LUCCHETTI, A.L.G.; BASSI, R.M.; NASRI, F.; NACIF, S.A.P. O idoso e sua espiritualidade: impacto sobre diferentes aspectos do envelhecimento. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.** Rio de Janeiro, 2011; 14(1):159-167.

LUIZ, K.K.I.; LORETO, M.D.S.; MAFRA, S.C.T.; FERREIRA, M.A.M. Envelhecimento e velhice: protagonismo, temporalidade e desafios. **Temporalis**, Brasília (DF), ano 18, n. 35, jan./jun. 2018.

MELLO, M.A.; ARAÚJO, C.A. Velhice e espiritualidade na perspectiva da Psicologia Analítica. **Rev. Acad. Paulista de Psicologia**, São Paulo, Brasil - V. 33, no 84, p. 118-14.

REIS, L.A.; MENEZES, T.M.O. Religiosidade e espiritualidade nas estratégias de resiliência do idoso longevo no cotidiano. **Rev Bras Enferm** [Internet]. 2017 jul-ago;70(4):794-9.

ROSA, M. J. V., & CHITAS, P. (2010). **Portugal: os Números**. Lisboa: Fundação Francisco Manuel dos Santos.

SOARES, A.S.; AMORIM, M.I. Qualidade de vida e espiritualidade em pessoas idosas institucionalizadas. Revista **Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, ESPECIAL 2 (FEV., 2015).

ZENEVICZ, L.T. A dimensão espiritual no processo de viver envelhecendo. **Doutorado em Gerontologia Biomédica**. Porto Alegre: PUCRS, 2009.

ZENEVICZ, L.T.; MORIGUCHI, Y.; MADUREIRA, V.S.F. O vivenciar da espiritualidade nas alegrias e tristezas experienciadas no processo de envelhecimento e atitudes tomadas frente a elas. **RBCEH**, Passo Fundo, v. 9, n. 1, p. 98-108, jan./abr. 2012.