



RELIGIOSIDADE E SAÚDE MENTAL

Luana Rogalla Kanawate¹
Moises Figueiredo Gomes²
Cristiane Aparecida Costa³

Resumo: INTRODUÇÃO: No Brasil, a religião sempre foi algo inerente à população. No último censo do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE (2010) mais de 89% da população brasileira declarou ter uma religião. O dado chama a atenção para a representatividade social dada pelos brasileiros à dimensão religiosa em suas vidas. A temática sobre religiosidade e espiritualidade é uma questão pouco discutida entre profissionais da área da saúde mental. Acredita-se que a religião causava nas pessoas uma dependência que as levava a doenças como a depressão e a vários transtornos mentais. O medo de um Deus desconhecido que castigava e exigia sacrifícios para quem pecasse contra as leis da igreja causavam muitos desses transtornos. OBJETIVO: Destacar a relação da espiritualidade/religiosidade e saúde mental. MÉTODO: Pesquisa de cunho bibliográfico. RESULTADOS: A espiritualidade não está necessariamente ligada a uma religião específica, mas, sim, ao modo como o sujeito procura viver. A religião não é um conjunto estático de crenças e práticas; é um processo dinâmico, direcionado inicialmente para a descoberta de significado. Diante dessa descoberta, as pessoas são motivadas a nutrir e manterem seu relacionamento através das práticas religiosas. Esse processo pode ser tanto baseado na socialização, quanto nas necessidades e motivos internos. A espiritualidade permanece importante para a vida da maioria absoluta da população mundial, indicando, grosso modo, que o envolvimento religioso se relaciona com melhores indicadores de saúde mental e bem-estar. Os pacientes têm necessidades espirituais que devem ser identificadas e abordadas, mas profissionais de saúde mental têm dificuldades ao lidar com essas questões. Acredita-se que o profissional deve ter conhecimento profundo do ambiente cultural e religioso no qual seu trabalho está sendo realizado. A Psicologia da Saúde considera os aspectos de religiosidade/espiritualidade como possíveis fontes de apoio social no enfrentamento da doença, especialmente em enfermidades crônicas. As pesquisas relacionadas à Psicologia Positiva complementam indicando que as emoções positivas, como a fé e a espiritualidade, podem auxiliar na manutenção e desenvolvimento saudável mesmo no processo de saúde-doença, na busca por preservar os aspectos sadios do desenvolvimento humano. CONSIDERAÇÕES FINAIS: Destaca-se a importância das variáveis religiosidade e espiritualidade no processo de resiliência e de proteção à saúde. Aponta-se a necessidade de que, o profissional da área da saúde mental, que realmente considera os aspectos biopsicossociais de seu paciente, apreenda um novo olhar, uma nova postura. Para os autores, é imprescindível que esse profissional avalie, entenda e respeite as crenças religiosas de seus pacientes, como qualquer outra dimensão.

Palavras-chave: Religiosidade. Espiritualidade. Saúde mental.

¹ Acadêmica do 10º período de Psicologia, Faculdade Sant'Ana – rogallaluana@gmail.com

² Acadêmico do 10º período de Psicologia, Faculdade Sant'Ana – moisesfgomes@gmail.com

³ Professora Mestre docente do curso de Psicologia Faculdade Sant'Ana – prof.cristiane@iessa.edu.br