A INFLUÊNCIA DA ESPIRITUALIDADE NO TRATAMENTO DE PACIENTES COM DEPRESSÃO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA¹

Isac dos Santos Rodrigues², Leandro Bicalho Lopes³

Resumo: A temática abordada neste estudo discute a relação existente entre depressão e questões de âmbito religioso/espiritual. Teve-se por objetivo descrever a influência da espiritualidade no tratamento de pacientes com transtornos depressivos. Foi realizado, por meio de uma revisão integrativa, um mapeamento da literatura acadêmica brasileira, no período de 2010 a 2020. Para isso, fez-se necessário a compreensão de religiosidade/espiritualidade e depressão. Para a coleta dos dados, foi realizado uma busca por produções nos portais da Scientific Electronic Library Online - *Scielo*, nos Periódicos da Capes e nos Periódicos Eletrônicos de Psicologia - PePSIC, dentro do referido período. Localizou-se 96 produções e, aplicando-se os critérios de exclusão, foram analisados na integra 10 publicações. Os resultados evidenciaram que há indícios que a prática de atividades espirituais influenciam positivamente nos diversos aspectos da saúde física e mental, embora a espiritualidade/religiosidade isolada não apresente eficácia contra a depressão. Destaca-se que a espiritualidade/religiosidade possui uma inter-relação complexa e intensa com a patologia, sendo necessários mais estudos acerca do assunto. Acredita-se que além de serem necessárias para melhor compreensão do tema, investigações empíricas podem contribuir para intervenções mais humanizadas em tratamentos de pacientes com quadro depressivo.

Palavras-chave: Religião, religiosidade, transtorno depressivo

¹Parte do Trabalho de Conclusão de Curso do primeiro autor;

²Graduado em Psicologia- UNIVIÇOSA. e-mail: isacdossantos04@hotmail.com

³Docente do curso de Psicologia - UNIVIÇOSA. e-mail: leandrobicalholopes@yahoo.com.br

Abstract: *The theme addressed in this study discusses the relationship between depression and religious / spiritual issues. The objective was to describe the influence of spirituality in the treatment of patients with depressive disorders. Through an integrative review, a mapping of the Brazilian academic literature was carried out, from 2010 to 2020. For this, it was necessary to understand religiosity / spirituality and depression. For data collection, a search was made for productions in the portals of the Scientific Electronic Library Online - Scielo, in the Capes Periodicals and in the Electronic Psychology Periodicals - PePSIC, within that period. 96 productions were located and, applying the exclusion criteria, 10 publications were analyzed in full. The results showed that there is evidence that the practice of spiritual activities positively influence the various aspects of physical and mental health, although isolated spirituality / religiosity is not effective against depression. It is noteworthy that spirituality / religiosity has a complex and intense interrelation with pathology, requiring further studies on the subject. It is believed that in addition to being necessary for a better understanding of the topic, empirical investigations can contribute to more humanized interventions in the treatment of patients with depressive conditions.*

Keywords: *Depressive disorder, religion, religiosity*

INTRODUÇÃO

A temática abordada neste estudo discute a relação existente entre depressão e questões de âmbito religioso/espiritual. Dados da Organização Pan-Americana da Saúde (2018) descrevem a depressão como uma das principais doenças que mais incapacitam no mundo. Estima-se que mais de 300 milhões de pessoas sofram da patologia, tendo maior prevalência entre o sexo feminino, na faixa etária de 15 a 29 anos. No Brasil, mais de 11.5 milhões de indivíduos já foram afetados.

Em relação aos tratamentos ofertados para tal patologia têm-se, os psicológicos, como ativação comportamental, terapia cognitivo-comportamental e psicoterapia interpessoal, assim como a introdução de fármacos. Ademais, estratégias como prática regular de atividade física, reeducação alimentar e, um olhar voltado para a dimensão espiritual, também se mostraram eficazes nas intervenções terapêuticas com pacientes depressivos (SANTOS, 2019).

Destarte, estudos que contribuam na compreensão das questões relacionadas à influência da espiritualidade no tratamento de pacientes depressivos, torna-se uma ferramenta útil para profissionais da área da saúde, por refletir criticamente sobre essa dimensão como um elemento adicional ao processo terapêutico, bem como para futuros pesquisadores e a sociedade de forma geral que vierem a se interessar pela temática. Cabe destacar também que este estudo traz reflexões provenientes da psicologia analítica junguiana, a fim de complementar a discussão.

Além do mais, constatou-se na literatura acadêmica uma carência de estudos sobre o tema, principalmente pela psicologia, portanto, justifica-se a elaboração da presente pesquisa que se propôs responder ao seguinte questionamento: Qual a influência da espiritualidade no tratamento de pacientes com depressão? Nesta pesquisa, objetivou-se descrever a influência da espiritualidade no tratamento de pacientes com transtornos depressivos, no período de 2010 a 2020, buscando-se refletir como esse processo reverbera no cotidiano do paciente. Especificamente pretendeu-se: caracterizar os principais tipos de depressão descritos no Manual de Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM) – V presentes nas pesquisas; descrever os conceitos de espiritualidade utilizados nos estudos; identificar como pacientes depressivos significam a espiritualidade e analisar

como a espiritualidade reflete no tratamento de indivíduos com depressão.

MATERIAL E MÉTODOS

Este trabalho consiste em uma revisão integrativa da literatura, no qual realizou-se uma busca no Portal de Periódicos da Capes, na Scientific Electronic Library Online - *Scielo* e no Portal de Periódicos Eletrônicos de Psicologia - *PePSIC*, combinando os descritores: depressão and tratamento and espiritualidade; transtornos depressivos and tratamento and espiritualidade; tratamento da depressão and religião and espiritualidade; religiosidade and espiritualidade and depressão. Na base de dados da Pepsic foi selecionada a opção “Pesquisa de artigos”, usando como critério o item “Todos os índices”. Na plataforma da Scielo foi selecionada a opção “Pesquisa avançada”, no campo “Todos os índices”. Foi selecionada a opção “Busca Avançada”, nos campos “Qualquer” e “Contém” no Portal de Periódicos da Capes.

Os critérios de inclusão para este estudo foram apenas estudos produzidos no Brasil, em língua portuguesa e, publicados no período de 2010 a 2020, que tivessem como principal assunto a relação entre espiritualidade e depressão no tratamento de pacientes com transtornos depressivos, buscando-se alcançar uma maior contribuição para a literatura. Os critérios de exclusão para este estudo foram publicações em língua estrangeira, publicações online não disponíveis, estudos realizados fora do Brasil e que não estivessem dentro do marco temporal.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Analisando o quantitativo e o desenho dos estudos, acerca da relação entre espiritualidade e depressão no tratamento de pacientes com transtornos depressivos, percebe-se que

tal tema é incipiente na literatura, principalmente em nível nacional. Os estudos são frequentemente encontrados a nível internacional. No entanto esses ainda são escassos (FOCH; SILVA; ENUMO, 2017). No que tange aos tipos de depressão, de acordo com as produções selecionadas foram encontrados os transtornos relacionados, a trauma e a estressores, o transtorno depressivo devido à outra condição médica, e o transtorno depressivo maior (incluindo episódio depressivo maior).

A respeito da definição de espiritualidade utilizada nos estudos, Carlotto (2013) afirma que apesar de existirem um número considerável sobre a terminologia das palavras: espiritualidade, religião e religiosidade, não existem um conceito único para estes termos, visto que, o que mais se observa em pesquisas que trazem estas temáticas são sobreposições de conceitos, o que torna a conceituação e delimitação dessas terminologias bem mais difíceis. No entanto, para este autor é importante estabelecer bases conceituais sobre o assunto, sendo assim, ele define a espiritualidade como sendo “[...] a busca pessoal de respostas sobre o significado da vida por meio de conceitos que transcendem o tangível” (VOLCAN et al., 2003 apud CARLOTTO, 2013).

Dito isso, no que tange a influência da espiritualidade no tratamento de indivíduos com depressão, de acordo com Carlotto (2013) embora, não seja possível determinar com exatidão os mecanismos de interação entre espiritualidade e o tratamento de indivíduos com depressão, há indícios que a prática de atividades espirituais podem influenciar positivamente nos diversos aspectos da saúde física e mental, sendo incluída em tratamentos. No entanto, essa espiritualidade também pode vir como fator negativo no combate à enfermidade, uma vez que, há a possibilidade de algumas pessoas verem tal fator como meio de cura, ou seja, por meio da fé os indivíduos acreditarem

que serão curados, o que pode acarretar a ausência de um acompanhamento profissional ou não adesão ao tratamento adequado.

Quanto à significação que os pacientes dão a espiritualidade estudos têm demonstrado que nos últimos 20 anos, têm-se identificado relação positiva entre espiritualidade/religiosidade (R/E) e saúde, notadamente saúde mental (STROPPIA; MOREIRA-ALMEIDA, 2009). No entanto, Nery et al. (2018, p.1) em seu estudo afirma existir uma “associação fraca de proteção entre religiosidade e desenvolvimento de sinais depressivos ($p \leq 0,00$ $r = 0,12$) e ($p = 0,02$ e $r = 0,06$)”. Desta forma, pode-se concluir que embora alguns dados demonstrem uma correlação negativa entre espiritualidade/religiosidade e depressão, ou seja, quanto maior o grau de espiritualidade a tendência é de que menor seja o grau de depressão e vice e versa entre os pacientes, ainda não existe unanimidade acerca da relação que religiosidade/espiritualidade tem no tratamento de pacientes com a patologia.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Pôde-se perceber que, apesar do aumento no número de publicações sobre a o assunto no contexto da saúde, especialmente a partir de 2010, estes ainda são escassos na literatura. No que tange aos principais tipos de depressão descritos no DSM – V presentes nas pesquisas, os que obtiveram maiores índices foram os transtornos relacionados a trauma e estressores, o transtorno depressivo maior (incluindo episódio depressivo maior) e o transtorno depressivo devido à outra condição médica, com destaque para este último.

Por meio deste estudo, observou-se que não existe um conceito único para as terminologias: religião, religiosidade e espiritualidade, embora seja necessário estabelecer bases conceituais. No que tange a influência da espiritualidade no

tratamento de indivíduos com depressão, observou-se que embora isolada não apresentasse fator eficaz de proteção contra a patologia, há indícios de que práticas espirituais podem influenciar positivamente nos diversos aspectos da saúde física e mental de pacientes depressivos.

Em síntese, conclui-se que a espiritualidade/religiosidade possui uma inter-relação complexa e intensa com a depressão. Assim sendo, são necessários mais estudos que explorem a temática, visto que novas pesquisas, além de serem importantes para uma melhor compreensão das questões relacionadas à doença, contribuem na legitimação de trabalhos empíricos, e para o desenvolvimento de intervenções mais humanizadas no tratamento do paciente.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CARLOTTO, Rodrigo Carvalho. Espiritualidade e sintomatologia depressiva em estudantes universitários brasileiros. **Revista de Psicologia da UNESP**. 12(2), 2013.

FOCH, Gisele Fernandes de Lima; SILVA, Andressa Melina Becker; ENUMO, Sônia Regina Fiorim. Coping religioso/espiritual: uma revisão sistemática de literatura (2003–2013). **Arquivos Brasileiros de Psicologia**; Rio de Janeiro, 69 (2): 53-71. 2017.

NERY, Bruno Leonardo Soares; CRUZ, Keila Cristianne Trindade da; FAUSTINO, Andréa Mathes; SANTOS, Carla Targino Bruno dos. Vulnerabilidades, depressão e religiosidade em idosos internados em uma unidade de emergência. **Rev. Gaúcha Enferm**, v. 39:e2017-0184. 2018.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. OPAS Brasil. **Folha informativa depressão**. 2018. Disponível em:< https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_

content&view=article&id=5635:folhainformativa
depressao&Itemid=1095>.

SANTOS, Maria Clara Barbuena. O exercício físico como auxiliar no tratamento da depressão. **Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício**, v. 18, n.2, p.108-115. 2019. Disponível em:< <http://portalatlanticaeditora.com.br/index.php/revistafisiologia/article/view/3106/5117> >.

STROPPIA, André; MOREIRA-ALMEIDA, Alexander. Religiosidade e espiritualidade no transtorno bipolar do humor. **Revista de Psiquiatria Clínica**, v. 36, n.5, p.190-6. 2009.