

OS BENEFÍCIOS DA RELIGIOSIDADE NA VELHICE THE BENEFITS OF RELIGION IN OLD AGE

Luana Cristina Zick Queiroz*

Monalisa Col Debella*

Israel Kujawa***

RESUMO

Na velhice ocorrem múltiplos eventos e mudanças, de forma que a religiosidade mostra-se uma importante ferramenta para se lidar com estes eventos. Este é um tema de grande relevância para a psicologia por estar ligado à forma como o sujeito lida frente aos eventos ao longo da vida, assim viu-se a necessidade de pesquisar quais os benefícios que a religiosidade pode proporcionar aos sujeitos na velhice. O presente estudo objetivou investigar o fenômeno da religiosidade nos idosos e como este contribui para a melhoria de vida nesta fase do desenvolvimento. Por meio de pesquisa bibliográfica se constatou que a religiosidade pode servir como suporte social, fornecendo forças aos indivíduos para que desenvolvam sua autonomia. Através desta pesquisa verificou-se que a religiosidade pode ser considerada um importante fator de saúde mental, fornecendo estrutura motivacional e emocional, proporcionando um melhor envelhecimento.

Palavras-chave: Envelhecimento. Idoso. Religiosidade. Espiritualidade.

ABSTRACT

In old age occurs multiple events and changes, so that religion shows become an important tool for dealing with such events. This is a highly relevant topic for psychology because it is linked to how the individual handles ahead to the events lifelong thus saw the need to investigate what benefits that religiosity can provide subjects in old age. This study aimed to investigate the religious phenomenon in the elderly and how this contributes to the improvement of life in this stage of development. Through bibliographical research it was

* Acadêmica de Psicologia- IMED/RS. Email: luannahcristinah@gmail.com

** Acadêmica de Psicologia- IMED/RS Email: monalisacoldebella@gmail.com

found that religion can serve as a social support by providing forces individuals to develop their autonomy. Through this study it was found that religion can be considered an important factor mental health, emotional and motivational providing structure, providing a better aging

Keywords: Aging. Elderly. Religiosity. Spirituality.

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional no Brasil está ocorrendo rapidamente; este processo para Oliveira, et al. (2013), verifica-se em função das mudanças do perfil populacional a qual estamos vivenciando, além do aumento da expectativa de vida da população. O envelhecimento é um processo que inicia desde o nascimento e segue até o final da vida, fazendo parte da condição humana englobando mudanças biológicas, fisiológicas, psíquicas e sociais, que irão interferir ao longo da vida (SOUZA, M. 2015). A velhice Segundo Oliveira et al. (2013), é constituída por acontecimentos que podem ser esperados ou não, abrangendo o desenvolvimento de algumas áreas e declínio em outras. Em razão disso a religiosidade vem ganhando grande significado na vida dos idosos.

Oliveira, R.; Alves (2014), consideram que religiosidade e a espiritualidade são bastante evidenciadas na velhice, e que as duas necessitam ser atendidas, valorizadas e incentivadas pelos indivíduos que se apropriam da função de cuidar, se tornando significativo dar maior atenção neste âmbito. Assim, a religiosidade tem sua grande importância em sua maioria para idosos como forma de lidar com situações como o adoecimento, e outras situações estressantes (MOREIRA-ALMEIDA, et al. 2010). Fung; Lam (2013) sugerem que a religiosidade pode elevar o propósito de vida e a longevidade. O presente artigo tem como objetivo investigar o fenômeno da religiosidade nos idosos e como este contribui para a melhoria de vida nesta fase do desenvolvimento.

Este estudo trata-se de uma pesquisa qualitativa, onde se optou pela metodologia de revisão bibliográfica, por se entender que esta opção pode oferecer recursos significativos para a investigação acerca do tema religiosidade na velhice. Para a realização da revisão bibliográfica, foram pesquisadas bases de dados tais como: Scielo, Capes, Pubmed, ERIC (Education Resources Information Center), PsycINFO, PePSIC. Utilizaram-se os descritores: envelhecimento, religiosidade e espiritualidade, religiosidade e envelhecimento humano, terceira idade, velhice, e fenômeno da religiosidade no idoso, e os benefícios da religiosidade publicados no ano de dois mil e oito a dois mil e quinze. Os artigos selecionados foram

escolhidos de acordo com o tema em questão, tanto na área de Psicologia, quanto em outras áreas como da Antropologia e Gerontologia já que possuem material muito relevante e esclarecedor referente a este tema.

2 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Por muito tempo a ciência e religião viveram em conflito, hoje vemos a necessidade de que haja uma conversa entre ambas, para que possamos estudar e conhecer qual o papel da religião e espiritualidade na qualidade de vida, (VIEIRA, 2014). Para isso se torna necessário diferenciar a espiritualidade de religiosidade. Historicamente, a religiosidade e espiritualidade foram raramente diferenciadas fazendo com que por muito tempo fossem consideradas sinônimas (MOBERG, 2012). No entanto Rocha; Ciosak (2014) sugerem que os conceitos como espiritualidade, religiosidade não são sinônimos de modo que a religiosidade é uma das formas de expressão da espiritualidade. Desta forma, verifica-se que nos últimos anos muitos pesquisadores procuraram avaliar analisar de maneira ética a questão da religiosidade no comportamento humano, avaliando cientificamente e não atendo-se a questões teológicas e filosóficas de cada religião (SOUZA, C., 2015).

Segundo Duarte; Wanderley (2011), religião e espiritualidade são termos que não possuem uma conceituação única devido à falta de concordância na literatura científica, dificultando assim pesquisas acerca do tema. Desta forma os conceitos de religião e espiritualidade se tornam muito amplos parecendo de difícil entendimento. Para Lucchetti, et al. (2011), a religiosidade é o quanto um indivíduo, pratica e crê em uma religião onde o sujeito poder participar dos encontros realizados no templo religioso ou igreja ou somente praticar sua fé por meio de rezas, livros e programas religiosos no radio televisão e internet. Já a espiritualidade é uma busca pessoal que pode ou não conectar-se com as praticas religiosas. É a busca pelo sentido da vida e as questões relacionadas a ela. Gutz; Camargo (2013) propõem que a espiritualidade na velhice estaria mais ligada ao sentimento de finitude e preparação para a morte. Ainda segundo Souza, C. (2011) oração, leituras bíblicas e práticas religiosas, são fundamentais para a sustentação da religiosidade.

Em um estudo realizado por Esteves (2014), percebeu-se que os idosos dão muita importância à religiosidade, e conforme o avanço da idade aumenta também a crença nesta temática. Esteves (2014) verificou ainda que, a religiosidade é em muitos casos utilizadas com forma de estratégias para que possam lidar com as perdas, não apenas com perda de

autonomia/dependência, como ainda para lidar com perdas de seu papel social, profissional e até familiar. A religiosidade é utilizada pelos idosos como estratégia de acolhimento e apaziguamento de mudanças ocasionadas em virtude do envelhecimento que esses sujeitos estão sofrendo em seus corpos, em função da incapacidade funcional, onde antes seu corpo era capaz de coisas que hoje já não é mais. Esses idosos acabam envolvendo-se por um sentimento de perda de si mesmo e é nesse processo que a religiosidade acolhe a esses sujeitos, tornando suas vidas mais suportáveis (SANTOS, W. et al. 2013).

Para Souza, C. (2015) a religiosidade tem se apresentado como importante meio de atingir uma maior qualidade de vida para o indivíduo, independente de sua idade. Foi comprovada a relação da religiosidade com a saúde e o bem-estar dos idosos na superação das dificuldades que ocorrem no envelhecimento humano. Nesse sentido ainda, Mello; Oliveira (2013), afirmam que, a religiosidade dá significado à vida frente ao sofrimento, inclusive ao estimular a constituição de uma rede social de apoio, fazendo com que à pessoa em sofrimento obtenha mais apoio da comunidade, proporcionando sensações de acolhimento e bem-estar. Mello; Oliveira (2013), ainda fortalecem a concepção de que uma consequência fundamental da religião é que a mesma modifica a visão que o indivíduo tem do mundo. Isso não significa necessariamente a retirada dos sintomas, mas na alteração dos significados que o indivíduo delega à sua doença, podendo resultar também em mudanças no seu estilo de vida.

O enfrentamento religioso para Santos W. et al. (2013), é uma importante estratégia entre os idosos, este ajuda na resposta emocional provocada pelo desenvolvimento de incapacidade funcional, reparando o vazio existencial e fazendo com que o sujeito possa se sentir acolhido e tranquilizado na realidade de seu corpo de hoje envelhecido. Idosos com práticas religiosas possuem maior facilidade para interação e integração social, maior sentimento de bem estar, e comprometimento com sua saúde, capacidade de enfrentamento aumentada assim como elementos para enfrentar diversas situações com mais autonomia e uma diminuição de hábitos prejudiciais à saúde. (SOUZA, C., 2011; SORIANO; LÓPEZ 2012; CHAVES, et al. 2014).

Em uma pesquisa realizada por Souza, C., (2011), com idosos entre 67 a 83 anos constatou-se que idosos com faixa etária entre 67 e 72 anos, frequentavam assiduamente encontros religiosos, já idosos entre 77 e 83 anos lamentam as dificuldades que encontravam em frequentar a sua entidade e encontros religiosos em função de sua perda de autonomia relacionada ao envelhecimento. Mesmo os sujeitos que tiveram de reduzir sua frequência nesses encontros religiosos acreditavam que as entidades religiosas exercem um papel fundamental em suas vidas.

Devido a limitações físicas em função do envelhecimento, Lindolpho (2009) afirma que alguns idosos diminuem seu envolvimento em atividades religiosas formais, como, frequentar cultos e celebrações em suas comunidades, porém utilizam as orações como forma de enfrentamento a adversidades. As orações reduzem o sentimento de solidão e abandono e aumentam o sentimento de esperança e amor próprio. A dor é um dos principais fatores para Celich; Galon (2009); Santos, A. et al. (2014) que impede os idosos de manter-se em seu cotidiano normalmente, o que de alguma forma acaba prejudicando a realização de suas atividades impactando assim em sua qualidade de vida. A religiosidade pode ser utilizada como uma ferramenta a mais para a diminuição das dores sentidas pelos idosos.

Um estudo realizado por Duarte; Wanderley (2011) em que o objetivo era avaliar de que forma a religião e espiritualidade influenciam no enfrentamento da doença e hospitalização em pacientes idosos constatou-se que a religião e espiritualidade tem importante função como recurso de enfrentamento em idosos hospitalizados numa enfermaria geriátrica, assim a religião e espiritualidade ajudam a preencher a distância da família, da rotina, presta acolhimento e suporte para as dificuldades impostas pela rotina hospitalar. Lindolpho (2009) verifica que parte da comunidade científica já tem abordado questões relativas à espiritualidade, como o valor das orações para tratamento complementar a pacientes com câncer, já que se sabe que este tipo de medicina alternativa é muito utilizada pela população com câncer, sendo eficaz porque a fé, ou espiritualidade, contribua com mais qualidade de vida aos pacientes. Sobre a religiosidade em pacientes com câncer, Teixeira; Lefèvre (2008), dizem que a fé religiosa pode propiciar em uma maior esperança e fortalecimento para lutar contra essa doença; assim como leituras e estudos de textos religiosos podem evidenciar um otimismo, conforto e segurança em relação ao tratamento.

Uma pesquisa realizada por Santos, A. et al. (2014), com dez integrantes de um programa de treinamento físico que apresentavam sintomas de claudicação intermitente (dor, formigamento ou câimbra nos membros inferiores), avaliaram a percepção sobre a dor ao caminhar nesses idosos mesmos utilizam a religiosidade para superar o sintoma doloroso. Concluiu-se que a fé e a religiosidade mostram-se como meios de superação da dor, ressaltando que este cenário se mostra significativo para que os profissionais da saúde possam levar em conta a religiosidade como um dos fatores que intervém na qualidade de vida de pessoas enfermas.

Souza, C., (2011), afirma que para entender o indivíduo como um todo, onde uma trama de crenças interage auxiliando na etiologia, prevenção, tratamento e evolução das doenças e o comprometimento da qualidade de vida pode contribuir para que o profissional de saúde

reconheça quando a religiosidade afeta positivamente, ou quando é causadora do problema. As investigações sobre a relação entre religião e saúde segundo Alves, et al. (2010) devem ser abordadas por profissionais da saúde, pesquisadores, leigos e comunidade religiosa para que esta área possa contribuir de forma que, se a religiosidade trás para os sujeitos benefícios em sua saúde, esses devem ser motivados e respeitados pelos profissionais e demais. Assim, é importante que os profissionais da saúde reconheçam a religiosidade como recurso no cuidado da saúde do idoso (CHAVES, et al. 2014).

Rusa, et al. (2014) colaboram com a ideia de que os profissionais da saúde devem considerar também a religiosidade e crenças pessoais em pacientes com doenças renais crônicas para fornecer ao paciente um maior suporte, tranquilidade e conforto neste momento. Neste sentido Linck, et al. (2009), fazem uma reflexão sobre a ideia de que a temática do envelhecimento deve ser abordada ainda durante a formação acadêmica para uma preparação do futuro profissional ao cuidado de forma humana incentivando a autonomia do idoso.

O profissional que lida com o paciente idoso deve estar preparado para abordar a questão da religiosidade e seus aspectos positivos e negativos, respeitando o idoso quanto suas escolhas nessa fase da vida. É importante que as ações sejam discutidas para e com os idosos, podendo assim, recuperar a autonomia destes sujeitos. Deve-se contar com profissionais que sejam capacitados para trabalhar com idosos e todas as situações que estes trazem, zelando por sua proteção e saúde (MORAES, E.; MORAES, F.; LIMA, 2010; LUCCHETTI, et al. 2011).

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente artigo objetivou investigar o fenômeno da religiosidade em idosos e como este contribui para a melhoria de vida nesta fase do desenvolvimento. Verificou-se a partir da pesquisa obtida que na velhice ocorrem muitos eventos estressores, onde o indivíduo irá necessitar de recursos para lidar com questões adversas, é nesta perspectiva que se enquadra a religiosidade como um importante fator de saúde mental, que pode fornecer estrutura emocional e motivacional para eventos da velhice como perdas, saída de emprego, mudanças físicas, doenças crônicas e outras enfermidades, proporcionando um melhor envelhecimento.

O processo de envelhecimento trata-se de um acontecimento multidisciplinar, o aumento da população idosa irá ocasionar impactos em muitas áreas: econômica, social, cultural, política, assim como na área da saúde. O envelhecimento demanda de um olhar mais atento da sociedade, para pensarmos em um envelhecimento com qualidade, e é nesse aspecto

que a religiosidade vem trazendo grandes benefícios para o sujeito, onde este pode estar integrado em uma comunidade religiosa, fazendo parte de um grupo que lhe fornece condições de apoio para o enfrentamento frente aos processos evolucionais que estão ocorrendo nesta fase, assim como os sujeitos que não possuem mais a capacidade de locomover-se e frequentar grupos e encontros religiosos.

Cabe ressaltar que estes sujeitos que possuem suas crenças religiosas também sentem-se mais seguros, apoiados e protegidos frente as mudanças que ocorrem na velhice. Os profissionais que trabalham com os idosos devem considerar a religiosidade de cada um como algo relevante, que fornece ao indivíduo conforto e contribui para um bom envelhecimento, portanto deve-se respeitar a religiosidade de cada idoso compreendendo que isso faz parte de suas crenças e de sua constituição com ser humano.

REFERÊNCIAS

ALVES, Rômulo Romeu da Nóbrega. Et al. *The influence of religiosity on health*, 15. ed. Ciência e Saúde Coletiva p.2105-2111, Rio de Janeiro, 2010.

CELICH, Kátia Lilian Sedrez; GALON, Cátia. *Dor crônica em idosos e sua influência nas atividades da vida diária e convivência social*. 12. Ed. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, p. 345-59, Erechim, 2009.

CHAVES, Cássia Lopes Chaves de. Et al. Qualidade de vida, sintomas depressivos e religiosidade em idosos: Um estudo transversal. 23. ed. *Texto Contexto Enfermagem*, p. 648-55, Florianópolis, 2014.

DUARTE, Flávia Meneses; WANDERLEY, Kátia da Silva. Religião e Espiritualidade de Idosos Internados em uma Enfermaria Geriátrica, 27. Ed. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, p. 49-53, Brasília, 2011

ESTEVES, António João Chincacece *A Espiritualidade/Religiosidade e a Perda da Autonomia Na Última Etapa do Ciclo Vital*. 2014. Dissertação em Mestrado, Instituto Universitário Da Maia.. Recuperado de <http://repositorio.ismai.pt/>.

FUNG, Ada Wai-Tung; LAM, Linda Chiu-Wa. Spiritual Activity is Associated with Better Cognitive Function in Old Age.23 ed. *East Asian Arch Psychiatry*, p. 102-8, Hong Kong, 2013.

GUTZ, Luiza; Camargo, Brigido Vizeu. Espiritualidade entre idosos mais velhos: Um estudo de representações sociais. 16. Ed. *Revista brasileira de geriatria e gerontologia*, p. 793-804, Rio de Janeiro, 2013.

LINCK, Caroline Leon; et al. A inserção dos idosos no contexto clínico da pós-modernidade. 8. Ed. *Ciência Cuidado e Saúde*, p. 130-135, Pelotas, 2009.

LINDOLPHO, Mirian da Costa; SÁ, Selma Petra Chaves; ROBERS, Lorena Maria Volkens. Espiritualidade/Religiosidade: Um suporte na assistência de enfermagem ao idoso. 8. Ed. *Em extensão*, p. 117-27, Uberlândia, 2009.

LUCCHETTI, Giancarlo; Et al. O idoso e sua espiritualidade: Impacto sobre diferentes aspectos do envelhecimento. 14. Ed. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, p. 159-67. Rio de Janeiro, 2011.

MELLO, Márcio Luiz; OLIEIRA, Simone Santos. Saúde, religião e cultura: Um diálogo a partir das práticas afro-brasileiras. 22. Ed. *Saúde e Sociedade*, p. 1024-1035. São Paulo, 2013.

MOBERG, David. O. Aging and Spirituality: Spiritual Dimensions of Aging Theory, Research, Practice, and Policy. New York, NY: *Routledge*. 2012.

MORAES, Edgar Nunes de; MORAES, Flávia Lanna de; LIMA, Simone de Paula Pessoa. Características biológicas e psicológicas do envelhecimento. 20. Ed. *Rev. Medicina Minas Gerais*, p. 67-73. Minas Gerais, 2010.

MOREIRA-ALMEIDA, Alexander; et al. Envolvimento religioso e fatores sociodemográficos: Resultados de um levantamento nacional no Brasil. 37. Ed. *Revista Psiquiatria Clínica*, p. 12-5, São Paulo, 2010.

OLIVEIRA, Eliany Nazaré; et al. Percepção acerca do envelhecimento e da pessoa idosa para um grupo de estudantes de graduação em Enfermagem. 10. Ed. *Saúde Coletiva Digital*, p. 42-49. São Paulo, 2013.

OLIVEIRA, Rosemeire Moreira de; ALVES, Vicente Paulo. A qualidade de vida dos idosos a partir da influência da religiosidade e da espiritualidade: cuidados prestados aos idosos institucionalizados em Caetité, 17. Ed. *Revista Kairós Gerontologia*, p. 305-327. São Paulo, 2014.

ROCHA, Ana Carolina Albiero Leandro da; CIOSAK, Suely Itsuko. Doença Crônica no Idoso: Espiritualidade e Enfrentamento. 48. Ed. *Revista Escola de Enfermagem USP*, p. 92-98. São Paulo, 2014.

RUSA, Suzana Gabriela; et al. Qualidade de vida/espiritualidade, religião e crenças pessoais de adultos e idosos renais crônicos em hemodiálise. 22. Ed. *Revista Latino-Americana Enfermagem*, p. 911-7, São Carlos, 2014.

SANTOS, Ana Raquel Mendes dos; et al. Limitações para caminhar em idosos com claudicação intermitente: A religiosidade como mecanismo de superação da dor. 17. Ed. *Revista brasileira de geriatria e gerontologia*, p. 363-371, Rio de Janeiro 2014.

SANTOS, Wagner Jorge dos; et al. Enfrentamento da incapacidade funcional por idosos por meio de crenças religiosas. 18. Ed. *Ciência & Saúde Coletiva*, p. 2319-2328, Belo horizonte, 2013.

SORIANO, Fabiola Castellanos; LÓPEZ, Alba Lucero. Prácticas religiosas en un grupo de personas mayores en situación de discapacidad y pobreza Investigación en Enfermería 14. Ed. *Imagen y Desarrollo*, p. 51-61, Bogotá, 2012.

SOUZA, Charles Ribeiro de. A espiritualidade e suas repercussões na vida do idoso. In ARGIMON, Irani Iracema de Lima (Org.). *Ciclo Vital: Perspectivas contemporâneas em avaliação e intervenção* p.291-305. Porto Alegre: EdIPUCRS, 2015.

SOUZA, Charles Ribeiro de. *Contribuições da religiosidade para a qualidade de vida do idoso*. (Dissertação Mestrado, Pontifica Universidade Católica do Rio Grande do Sul) Porto Alegre, 2011. Recuperado de <http://repositorio.pucrs.br/>

SOUZA, Maria Betania dos Santos. Cuidado ao final da vida: Até onde investir. In ARGIMON, Irani Iracema de Lima (Org.). *Ciclo Vital: Perspectivas contemporâneas em avaliação e intervenção* p. 245-252. Porto Alegre: EdIPUCRS, 2015.

TEIXEIRA, Jorge Juarez Vieira; LEFÈVRE, Fernando. Significado da intervenção médica e da fé religiosa para o paciente idoso com câncer. 13. Ed. *Ciência & Saúde Coletiva*, p. 1247-56. Rio de Janeiro 2008.

VIEIRA, Danielly Costa Roque. *Velhice em uma dimensão existencial: Perspectiva entre sentido da vida, Religiosidade, Vitalidade e Temporalidade*. (Dissertação de Mestrado Universidade Federal da Paraíba). João Pessoa, 2014. Recuperado de <http://tede.biblioteca.ufpb.br/>