

OMNIA

O PAPEL DA ESPIRITUALIDADE NA TERAPÊUTICA DOS TRANSTORNOS DEPRESSIVOS

Centro Universitário de Adamantina

Revista Científica OMNIA Saúde

e-ISSN 1806-6763

<http://doi.org/10.29327/2272174.6.1-20>

Amanda Delibório de Paula^{1*};

Claudemy Leite de Figueiredo Júnior¹;

Claudinei Matias de Oliveira¹.

Fulvia Veronez¹,

Daniela Oliveira Guidini¹.

¹Departamento de Medicina, Centro Universitário de Adamantina, Adamantina, SP, Brasil

Autor correspondente:

58119@fai.com.br

Recebido em: 28/05/2023

Aceito em: 14/08/2023

Resumo: Os transtornos depressivos representam um desafio significativo para a saúde pública, problemática que continua a crescer em prevalência. Paralelamente, há um campo de pesquisa em desenvolvimento que investiga a relação entre religiosidade, espiritualidade e saúde. Nesse contexto, diversos estudos têm demonstrado que a religiosidade e a espiritualidade podem influenciar a progressão da doença e qualidade de vida dos pacientes, tornando-se essencial reunir informações provenientes para avaliar os efeitos da espiritualidade nos pacientes com depressão e suas manifestações clínicas. Sendo assim, este trabalho teve como objetivo compreender melhor o papel da espiritualidade no tratamento e manejo da depressão, fornecendo subsídios para aprimorar as intervenções terapêuticas e promover melhores resultados de saúde para os pacientes. Este estudo consistiu em uma pesquisa bibliográfica que utilizou como fontes o indexador Google Scholar e a plataforma UpToDate. Foram utilizados os seguintes critérios de busca: artigos em português e em inglês, publicados entre 2012 e 2022, com os descritores "depressão", "espiritualidade" e "tratamento". A seleção dos artigos foi baseada em uma análise de conteúdo, priorizando obras que correlacionaram a espiritualidade como um componente de tratamento para a depressão. Essa abordagem visa compilar informações relevantes e atualizadas sobre o papel da espiritualidade no tratamento da depressão, oferecendo subsídios para a compreensão dessa relação e destacando a importância dessa abordagem terapêutica específica. Com base nas informações analisadas na literatura, foi constatado que a influência da espiritualidade na terapêutica e no prognóstico de pacientes com transtornos mentais pode ser positiva quando praticada de forma flexível, buscando conforto e sentido.

Palavras-chave: Espiritualidade; Depressão; Tratamento.

INTRODUÇÃO

A saúde pode ser entendida como um estado ou processo no qual o indivíduo se encontra em perfeito equilíbrio orgânico. Se houver pequenas perturbações nesta imagem, o sistema está corrompido. A saúde também reflete vários fatores que determinam contextos sociais, econômicos, políticos, filosóficos e culturais, incluindo aspectos religiosos. A alteração de qualquer um desses fatores pode fazer com que, as funcionalidades fisiológicas do indivíduo, se torne irregular, resultando em distúrbios físicos e emocionais, bem-estar comprometido, ou seja, pode-se notar manifestações de vários tipos de doenças (PRANDINI et al., 2020).

Como circunstância da vida humana, Oliveira et al. (2019), assevera que a doença é compreendida como resultante do estado no qual o organismo humano se fragiliza, levando-o à perda da homeostasia, ou seja, do equilíbrio, deixando o sujeito suscetível ao ataque de agentes oportunistas que se aproveitam da depressão fisiológica. Isso traz ao indivíduo inúmeras

dúvidas, medos, anseios, perda da esperança, sentimento de abandono e preocupações. Grande parte das patologias existentes produzem tais comprometimentos de ordem emocional, acarretando maior fragilidade clínica ao ser humano e consequentes mudanças em sua qualidade de vida (OLIVEIRA et al., 2019).

A depressão é um transtorno mental, que segundo Prandini et al. (2020), está associado a uma série de sintomas, como sentimentos de incapacidade, irritabilidade, pessimismo, isolamento social, perda de prazer, déficits cognitivos (prejuízo na memória e no raciocínio), baixa autoestima e tristeza intensa. Esses sintomas interferem nas atividades diárias e afetam as capacidades de trabalhar, dormir, estudar, comer e socializar, entre outros aspectos da vida.

Considerada uma condição que representa a principal causa de incapacidade em nível global, estima-se que mais de 300 milhões de pessoas, de todas as faixas etárias, sejam afetadas por esse transtorno, de acordo com a Organização Pan-

Americana da Saúde (OPAS, 2017). Embora a genética desempenhe um papel importante em algumas formas de depressão, é importante destacar que indivíduos sem histórico familiar também podem desenvolver o transtorno. A gravidade, frequência e duração dos sintomas podem variar de pessoa para pessoa, dependendo de suas condições psíquicas individuais (BRASIL, 2022).

No Brasil, é preocupante a prevalência desse transtorno, sendo o país com a maior taxa de depressão e o segundo país com maior prevalência na América Latina, conforme ressaltou a Organização Mundial da Saúde (OMS) (BRASIL, 2022).

No entendimento de Nóbrega et al. (2015), ao longo da vida, diversos eventos podem desencadear um episódio depressivo, como traumas na infância, perda de entes queridos, mudanças significativas na rotina e o uso de substâncias psicoativas, entre outros fatores. É importante ressaltar que a depressão na infância e na adolescência pode se manifestar de forma diferente em comparação com os sintomas observados em adultos, sendo assim, uma mudança brusca de comportamento nessas faixas etárias precisa ser avaliada com atenção.

Muitas vezes, ao serem diagnosticados com a depressão, muitos pacientes se deparam com diversos conflitos: questionam-se quanto ao seu presente, passado e acima de tudo, se afligem com incertezas sobre seu futuro, mediante as quais alguns passam a desacreditar na vida, reduzindo expectativas em relação a ela. Em decorrência disso, ficam ainda mais deprimidos e até mesmo reclusos, o que compromete ainda mais seu quadro clínico (GROLLI; WAGNER; DALBOSCO, 2017).

Apenas algumas décadas atrás, a ideia de saúde era completamente diferente da forma como é feita no mundo de hoje. Existiam poucas informações científicas, informações fisiológicas, patológicas e bioquímicas básicas disponíveis para ajudar a entender os mecanismos reais que contribuem para a perda da saúde nos indivíduos. É fato que nas últimas décadas a medicina tradicional experimentou grande avanço em tecnologias e descobertas de novos procedimentos, os quais trouxeram melhoria para a qualidade e expectativa de vida dos pacientes. Apesar disso, quando se depara com determinado diagnóstico, grande parte dos pacientes entra em um quadro de fragilidade emocional e perda de esperança, o que contribui negativamente para o processo terapêutico. Sendo assim, uma parcela busca meios para compreender, enfrentar e mesmo

aceitar sua doença (FALCÃO, 2018).

Dentro desse contexto, em situações em que o paciente descobre que está doente, a espiritualidade tem se apresentado como um importante "paliativo" que permite ao paciente mudar sua atitude em relação ao tratamento, aceitar a doença e as limitações que ela impõe em sua vida. A literatura relata que por volta de 1950 inúmeros estudos epidemiológicos passaram a mostrar correlação entre a espiritualidade e indivíduos doentes, destacando que ela contribui para a melhora da autoestima, bem-estar, reduzindo o risco de depressão e proporcionando melhores condições para o enfrentamento da doença (MONTEIRO et al., 2020).

A espiritualidade, conforme ressaltado por Gomes et al. (2015), é capaz de despertar no ser humano um crescimento individual que faz com que, ao se deparar com determinado diagnóstico clínico, ele passe a ter uma atitude mais otimista, melhorando sua postura frente à doença e aos possíveis tratamentos aos quais terá de se submeter.

A espiritualidade costuma ser confundida com religiosidade. Enquanto a religiosidade é compreendida como algo que traduz a ligação do homem com uma divindade à qual ele presta adoração e obediência por meio da demonstração de fé, a espiritualidade não necessariamente está relacionada ao divino, ainda que abarque elementos sobrenaturais, sendo compreendida como algo mais amplo, traduzindo uma vontade de crer em algo maior. Este é, portanto, o sentido com que o termo é usado neste trabalho (BRUGADA et al., 2020).

O tratamento medicamentoso, segundo Toledo (2021), é uma das opções disponíveis para tratar a depressão e pode ser altamente eficaz em muitos casos. Os antidepressivos são os medicamentos mais comumente prescritos para tratar a depressão. Eles funcionam restaurando o equilíbrio de substâncias químicas no cérebro, como a serotonina, a noradrenalina e a dopamina, que estão associadas ao humor e ao bem-estar emocional. Entretanto, para algumas pessoas, a espiritualidade religiosa pode desempenhar um papel significativo na busca de significado e propósito na vida, bem como na superação da depressão, oferecendo várias formas de apoio para indivíduos que sofrem de depressão. Primeiro, muitas tradições religiosas fornecem uma comunidade de apoio, onde os membros compartilham experiências, oferecem conforto emocional e encorajam uns aos outros. O senso de pertencimento a uma comunidade religiosa pode

ajudar a reduzir a solidão e o isolamento social, fatores que podem agravar os sintomas da depressão (MURAKAMI; CAMPOS, 2012).

Além disso, Toledo (2021) menciona que as práticas espirituais, como a oração, a meditação e a leitura de textos sagrados, podem oferecer conforto e esperança. Essas práticas podem fornecer um espaço tranquilo e reflexivo para lidar com os desafios emocionais e promover uma sensação de paz interior. A espiritualidade religiosa também pode oferecer um sistema de crenças que fornece respostas às perguntas fundamentais sobre a vida, a morte e o propósito existencial, o que pode ajudar a reduzir a angústia emocional associada à depressão. Assim, algumas pessoas podem encontrar conforto e apoio em sua fé, enquanto outras podem sentir conflitos ou ter dificuldades em encontrar significado na religião. Além disso, algumas pessoas podem se beneficiar de abordagens terapêuticas seculares ou de outras práticas espirituais não religiosas.

Diante deste cenário, têm sido crescentes os estudos que correlacionam a saúde e a espiritualidade visto que, muitos pacientes associam suas alterações de saúde com suas práticas religiosas ou espirituais. Na atualidade, devido ao aumento das doenças depressivas, as pessoas buscam alcançar a cura em sua totalidade, dentro de uma visão holística que abrange os cuidados com o corpo, mente e espírito (aspectos espirituais) (FALCÃO, 2022).

Sendo assim, o propósito deste trabalho é realizar um estudo sobre o resultado do tratamento coadjuvante da espiritualidade em pacientes com depressão.

Justifica-se a realização deste estudo, tendo em vista que, nos últimos anos, a espiritualidade tem sido tema relevante de diversos estudos na área da saúde, pesquisas que visam buscar associação entre a espiritualidade e religião no processo de saúde/doença. A espiritualidade religiosa pode ser um complemento valioso a esses tratamentos, mas não deve substituí-los.

A espiritualidade religiosa pode desempenhar um papel importante no suporte emocional e no enfrentamento da depressão para muitas pessoas. No entanto, cada pessoa é única, e é essencial encontrar o que funciona melhor para elas em termos de tratamento e apoio emocional. A combinação de abordagens terapêuticas, cuidados médicos adequados e suporte espiritual pode ajudar na jornada de recuperação da depressão.

Desse modo, espera-se que o estudo em questão possa contribuir e fomentar o interesse pelo assunto, disseminando o conhecimento que eleva e serve como base para o crescimento do ser humano.

MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo trata-se de uma revisão sistemática de literatura realizada por meio da pesquisa bibliográfica, com o levantamento de obras a partir do indexador Google Scholar e Plataforma UpToDate, com os parâmetros: artigos em português e em inglês, publicados entre 2012 e 2022, utilizando os seguintes descritores: “depressão”, “espiritualidade” e “tratamento”. O critério utilizado para a seleção dos artigos foi uma análise do conteúdo, selecionando obras que tenham correlacionado a espiritualidade como componente do tratamento para depressão em pacientes sem comorbidades. Foram considerados apenas estudos de caso e pesquisa em grupos ou populações.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O levantamento inicial resultou em 32 (trinta e dois) artigos relacionados ao tema. Após leitura minuciosa e estabelecimento dos critérios de inclusão descritos na metodologia, chegou-se a um total de 9 (nove) textos. Desta forma, foram selecionados materiais organizados no quadro abaixo pelo autor, objetivos e principais achados sobre a espiritualidade no tratamento da depressão.

Quadro 1 – Uso da espiritualidade no tratamento.

AUTOR/ANO	OBJETIVO	RESULTADOS DA APLICAÇÃO DA ESPIRITUALIDADE	OBSERVAÇÃO
Miranda et al. (2015)	Investigar inter-relações entre bem-estar espiritual, depressão e qualidade de vida durante o enfrentamento do câncer por pacientes da Casa de Apoio aos Pacientes com Câncer – Vencer.	A espiritualidade também pode desempenhar um papel significativo no enfrentamento do câncer e da depressão.	A espiritualidade não substitui o tratamento médico ou psicoterapêutico adequado para a depressão. A depressão é uma condição complexa que geralmente requer uma abordagem multidimensional para o tratamento, incluindo intervenções médicas, terapia e suporte social. É fundamental buscar apoio profissional de um médico, terapeuta ou outro profissional de saúde qualificado para obter o tratamento adequado. A espiritualidade pode ser um recurso valioso e complementar, mas deve ser integrada a um plano abrangente de cuidados para a saúde mental.
Nery et al. (2018)	Identificar vulnerabilidades e a associação entre religiosidade e a presença de sinais depressivos presentes em idosos internados em uma unidade de urgência e emergência.	Observou-se a religiosidade isolada não apresenta fator protetor eficaz, mas apresenta papel importante no desenvolvimento de resiliência diante da enfermidade e uma fonte construtora de rede de apoio ao idoso.	Nota-se a partir deste estudo que, para os idosos, a espiritualidade pode fornecer uma estrutura de suporte e uma fonte de conforto durante momentos difíceis, como a experiência da depressão.
Assunção; Amâncio e Menezes (2020)	Identificar o papel da espiritualidade e da religiosidade na terapêutica dos transtornos depressivos, como instrumento facilitador de cura e adesão ao tratamento.	Percebeu-se que a espiritualidade auxilia na melhora do humor no paciente deprimido, aumenta sua autoestima, tornando-o mais ativo durante o tratamento, além de ser um auxiliador no	O que se pode notar é que a espiritualidade pode desempenhar um papel significativo na promoção da saúde mental e do bem-estar emocional em pacientes depressivos. Dentro desse contexto é importante que os

		gerenciamento de estresse de situações de saúde.	profissionais de saúde mental passem a considerar a avaliação dos aspectos espirituais e religiosos dos pacientes como uma forma de promover a adesão ao tratamento e buscar melhorias na saúde geral do paciente. Ao trabalhar em conjunto com o tratamento medicamentoso, pode resultar em benefícios significativos para o paciente.
Dias e Azeredo (2020)	Analisar a influência da religiosidade sobre a doença depressão, uma vez ser essa uma doença de cunho psíquico e a religiosidade constituir-se importante fator de interferência na vida dos seres humanos.	Perante as questões expostas percebe-se que a religiosidade tem forte influência na doença depressiva, dificultando um tratamento farmacológico da doença. Ao mesmo tempo vê-se que a indústria farmacológica trabalha visando não apenas a melhoria do paciente, mas também o capital, por isso, muitos médicos abrem mão de demais terapias possíveis, como forma de tratamento, para centralizarem-se apenas na medicação.	Diante das informações apresentadas, é evidente a importância de buscar um equilíbrio entre a religiosidade, que oferece apoio, cooperação e acolhimento, juntamente com terapias que auxiliem o aspecto psicológico e medicamentos que atuem no corpo, restaurando o equilíbrio da mente, corpo e espírito. Essa abordagem é crucial para um tratamento eficaz de uma doença que afeta significativamente a vida de muitas pessoas.
Molina et al. (2020)	Analisar a relação de preditores sociodemográficos, morbidades, escore do indicativo de depressão, bem como o papel mediador da religiosidade, espiritualidade e crenças pessoais sobre a qualidade de vida.	O estudo realizado com 613 idosos aplicando-se instrumentos. Na análise de dados, foi evidenciado o papel mediador da religiosidade, espiritualidade e crenças entre o indicativo de depressão e a qualidade de vida	Os resultados mostraram a importância de se investir na prática da religiosidade, espiritualidade e crenças pessoais, como estratégia na saúde, uma vez que demonstraram impacto na diminuição do indicativo de depressão e aumento significativo da qualidade de vida.

<p>Gomes et al. (2021)</p>	<p>Analisar a relação da espiritualidade e o seu impacto no prognóstico e terapêutica dos três transtornos psiquiátricos mais prevalentes: depressão, ansiedade e transtorno afetivo bipolar.</p>	<p>Diante do exposto, a espiritualidade exerce influência positiva ao tratamento e prognóstico de pacientes com Transtornos mentais e é um fator protetivo importante. Assim, os profissionais de saúde devem estar capacitados para observar quando a espiritualidade está trazendo melhora ou nos casos que a própria interpretação da crença prejudica o manejo do paciente.</p>	<p>A espiritualidade pode desempenhar um papel positivo, suporte emocional, conforto e esperança durante momentos de adversidade e estresse. Através de práticas espirituais, como a oração, meditação, reflexão e participação em comunidades religiosas, as pessoas podem encontrar um espaço de acolhimento e autocuidado, promovendo a tranquilidade mental e emocional.</p>
<p>Lancuna et al. (2021)</p>	<p>Avaliar a influência da religiosidade e espiritualidade no enfrentamento da ansiedade, estresse e depressão em estudantes de medicina da cidade de Montes Claros, MG.</p>	<p>Nesta pesquisa os autores verificaram que a o coping religioso/espiritual (CRE) demonstrou ter um impacto positivo nos sintomas de ansiedade, estresse e depressão entre esses estudantes. É uma forma pela qual os estudantes buscam controle psicológico e emocional para lidar com as crises e desafios que enfrentam durante essa fase de suas vidas.</p>	<p>A espiritualidade desempenhou um papel importante no suporte emocional e no enfrentamento da depressão para os estudantes.</p>
<p>Mendonça (2021)</p>	<p>Apresentar os conceitos de espiritualidade e transtornos depressivos visando relacioná-los à prática clínica da psicoterapia que leva em conta a dimensão espiritual humana para tratar adequadamente os pacientes deprimidos.</p>	<p>Compreender as necessidades espirituais de pessoas que sofrem de transtornos depressivos pode ser uma contribuição significativa na sua maneira de lidar com a doença. Por isso, entende-se que é importante conhecer o melhor possível como é esse lidar e qual é o papel da espiritualidade neste processo, seja anterior ou posterior ao transtorno enfrentado.</p>	<p>A espiritualidade é uma parte intrínseca do ser humano e vai além da perspectiva religiosa, que historicamente tem sido alvo de críticas. Atualmente, a espiritualidade é compreendida não apenas como uma relação transcendente com o divino, mas também como uma compreensão interior e uma forma de se relacionar com os outros. Reconhecer a importância da espiritualidade</p>

			significa olhar mais profundamente para a essência humana, o que leva a um tratamento mais adequado para pacientes com transtornos depressivos.
Okuma et al. (2021)	Avaliar a relação entre o distress, a qualidade de vida e a prática espiritual e religiosa (ER) em pacientes recém-diagnosticados com câncer, na primeira linha de tratamento quimioterápico.	Os resultados mostraram que a espiritualidade é uma importante estratégia no enfrentamento do diagnóstico e tratamento do câncer, estando associada significativamente a um menor nível de distress, melhor qualidade de vida e melhor bem-estar espiritual.	Essas descobertas ressaltam a importância de se ter uma compreensão mais aprofundada sobre os benefícios da espiritualidade como uma ferramenta no planejamento terapêutico, ajudando os pacientes na redução do sofrimento emocional e na melhoria da qualidade de vida em diferentes estágios do enfrentamento da sua doença.

Fonte: Elaborado pelos autores (2023).

Na atualidade, há uma intensa preocupação com o aumento do número de pessoas diagnosticadas com os transtornos do humor, principalmente a depressão (OKUMA et al., 2021). No entanto, o material pesquisado apresentava, em sua maioria, as linhas de tratamento convencionais para depressão, que não são objetos deste estudo.

A presença de sofrimento psíquico e transtornos mentais pode ter um impacto significativo na qualidade de vida e saúde das pessoas. Esses transtornos podem exercer efeitos negativos no cotidiano e até mesmo agravar ou aumentar os fatores de risco para doenças crônicas e virais, contribuindo para o aumento da prevalência de anos vividos com incapacidades.

Vale ressaltar, que atualmente a depressão tem sido amplamente discutida e ganhado destaque na mídia devido ao grande número de casos relatados dessa síndrome, especialmente depois da pandemia da COVID-19, ocasionada pelo novo coronavírus (Sars-Cov-2), que assolou o mundo.

Os achados no Quadro 1 demonstram que os autores não destacam com clareza a distinção entre religiosidade e espiritualidade, chegando a utilizar os dois termos no mesmo sentido. Houve uma busca por diálogo e entendimento dessas novas perspectivas.

Como resultado, a religião, a religiosidade e a espiritualidade passaram a ser consideradas ferramentas que facilitam o enfrentamento dos processos relacionados ao cuidado integral da saúde (LANCUNA et al., 2021). Religiosidade pode implicar a relação do ser humano com um ser transcendente, enquanto que espiritualidade não implica nenhuma ligação com uma realidade superior. A pessoa espiritualizada está em conexão consigo mesma.

Embora as causas exatas da depressão ainda não sejam completamente compreendidas, uma combinação de fatores genéticos, químicos e ambientais parece desempenhar um papel importante no seu desenvolvimento. Eventos estressantes da vida, história familiar de depressão, desequilíbrios químicos no cérebro e certas doenças físicas podem aumentar o risco de desenvolver a doença (MENDONÇA et al., 2021; OKUMA et al., 2021). A influência positiva da espiritualidade e da religiosidade no tratamento da depressão e os resultados foram independentes de outras variáveis. De modo mais específico, cada estudo abordou uma dimensão em relação à depressão e como a espiritualidade pode ser um facilitador tanto no processo da doença como na adesão ao tratamento conforme Assunção; Amâncio e Menezes 2020

relatam.

Dentro desse contexto, nas últimas décadas, pesquisadores têm observado e analisado empiricamente o crescente número de evidências que destacam a influência significativa da espiritualidade na vida das pessoas, especialmente em termos psicológicos e físicos. Essa percepção tem levado a uma valorização cada vez maior do aspecto religioso na saúde humana (ASSUNÇÃO; AMÂNCIO; MENEZES, 2020; DIAS; AZEREDO, 2020; GOMES et al., 2021).

Ao se abordar o cuidado abrangente dos indivíduos no contexto saúde-doença, reconhecemos a importância de cinco dimensões: física, emocional, mental, cultural e espiritual. Os resultados destacam, assim, a relevância da religiosidade e da espiritualidade como recursos terapêuticos no tratamento clínico (MOLINA et al., 2020).

Estudos como este, ressaltam um aumento significativo na valorização da religiosidade e espiritualidade, especialmente por parte daqueles que acreditam em Deus e mantêm uma prática religiosa contínua. Isso destaca a eficácia desses elementos em momentos de adversidade, especialmente em situações incontroláveis e devastadoras, como é caso dos transtornos depressivos (ASSUNÇÃO; AMÂNCIO; MENEZES, 2020).

A conexão entre espiritualidade e seus benefícios no enfrentamento de doenças é retratada em publicações, contudo sem ainda estabelecimento de níveis de confiança. Por exemplo, evidências apontam para uma redução na percepção da dor crônica e melhora na qualidade de vida quando há uma prática religiosa e espiritual significativa nos estudos de MIRANDA et al. (2015). A confiança no poder divino e a crença em uma força superior diminuem a sensação de ameaça, facilitando a adesão aos tratamentos e contribuindo para uma maior formulação de sentido de vida e esperança (GOMES et al., 2021). Embora não seja quantificável, os relatos de pessoas entrevistadas afirmam os benefícios tangíveis que a espiritualidade pode oferecer no contexto de saúde e bem-estar.

Com base nas informações analisadas na literatura, foi constatado que a influência da espiritualidade na terapêutica e no prognóstico de pacientes com transtornos mentais pode ser positiva quando praticada de forma flexível, buscando conforto e sentido. O bem-estar psicológico, o apoio afetivo e os sentimentos genuinamente positivos que trazem prazer para a vida beneficiam os pacientes, melhorando sua qualidade de vida e, em alguns casos, até reduzindo a necessidade de medicamentos, desde

que acompanhados por um profissional adequado.

Dentro desse contexto, a espiritualidade pode ter impacto na depressão dando sentido de propósito e esperança, fornecendo um significado na vida, o que pode ser especialmente valioso durante períodos de depressão. A crença em algo maior do que si mesmo pode trazer esperança e motivação para superar os desafios emocionais.

Muitas tradições espirituais oferecem comunidades de apoio, como igrejas, mesquitas, templos ou grupos espirituais. Essas comunidades podem fornecer um espaço seguro para compartilhar experiências, receber apoio emocional e estabelecer conexões significativas com outras pessoas, o que pode ajudar a aliviar a solidão e o isolamento, sintomas frequentes da depressão.

A espiritualidade frequentemente envolve práticas como oração, meditação, contemplação ou rituais religiosos, além de reflexão sobre valores e ética. Essas práticas podem promover relaxamento, redução do estresse e aumento da resiliência emocional, o que pode ser benéfico para pessoas com depressão.

Os achados da pesquisa também ressaltam a importância do paciente não substituir o tratamento prescrito por suas crenças espirituais, nem as considerar inflexíveis, pois isso pode prejudicar sua saúde geral. Os profissionais de saúde mental devem ser capacitados para identificar quando a espiritualidade está contribuindo positivamente para o tratamento e lidar com os casos em que a interpretação da crença prejudica o prognóstico.

Dessa forma, é essencial que haja uma abordagem integrada, considerando tanto os aspectos espirituais quanto os clínicos, para proporcionar um cuidado abrangente aos pacientes. O diálogo entre profissionais de saúde mental e líderes espirituais ou membros da comunidade religiosa pode ser benéfico para compreender as necessidades individuais e garantir uma abordagem terapêutica adequada, respeitando a importância da espiritualidade na vida dos pacientes.

CONCLUSÃO

Ao trilhar todo o caminho da pesquisa, a qual se delineou por meio dos estudos bibliográficos, tais descobertas partiram de alguns pontos emergentes questionamentos que decorreram do problema de pesquisa. Conclui-se que a espiritualidade pode auxiliar ser um recurso de grande valia ao tratamento da depressão de várias maneiras. Para muitos, a

espiritualidade desempenha um papel importante na busca de significado e propósito na vida, bem como no enfrentamento de desafios emocionais.

Cabe salientar que a espiritualidade não substitui o tratamento médico ou psicoterapêutico adequado para a depressão. No entanto, para algumas pessoas, a espiritualidade pode ser um recurso valioso e complementar ao tratamento convencional, fornecendo suporte emocional, senso de propósito e esperança durante a jornada de recuperação. Cada pessoa é única, portanto, é importante encontrar abordagens que sejam pessoalmente significativas e eficazes, especial, buscar apoio profissional de um médico.

AGRADECIMENTOS

Gostaríamos de expressar nossa gratidão à Dra. Fulvia Veronez, nossa orientadora, pela excelente orientação, atenção e condução deste trabalho. À Dra. Daniela Guidini, nossa coorientadora que nos auxiliou nessa pesquisa com tanto carinho.

Também queremos agradecer à Coordenação e aos docentes do Curso de Medicina do Centro Universitário de Adamantina-FAI, por nos proporcionarem momentos únicos de aprendizado e crescimento.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ASSUNÇÃO, V.M.P.; AMÂNCIO, D.C.; MENEZES, J.C. O papel e a importância da espiritualidade no tratamento da depressão. **Braz. J. Hea. Rev.**; Curitiba, v. 3, n. 5, p. 13676-13685 set./out. 2020. Disponível em: <<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/17527>>. Acesso em: 22 abr. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Na América Latina, Brasil é o país com maior prevalência de depressão**. Publicado em 22 set. 2022. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/setembro/na-america-latina-brasil-e-o-pais-com-maior-prevalencia-de-depressao>>. Acesso em: 08 maio 2023.

BRUGADA, J. et al. Guidelines for the management of patients with supraventricular tachycardia The Task Force for the management of patients with supraventricular tachycardia of the European Society of Cardiology (ESC). **Eur Heart J.**; v,41, n.5, p.655-72, 2020. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31504425/>>. Acesso em: 16 mar. 2023.

DIAS, A.M.; AZEREDO, B.A. Depressão e religiosidade: uma busca pelo equilíbrio farmacêutico e espiritual. **Revista Unitas**; v. 8, n. 1, p. 54 - 68, 2020. Disponível em: <<https://revista.fuv.edu.br/index.php/unitas/article/view/2372>>. Acesso em: 16 mar. 2023.

FALCÃO, S.C. Tende bom ânimo: ansiedade, depressão e teologia prática cristã. **Revista Summae Sapientiae**; v. 1, n. 1, p.61-77, 2018. Disponível em: <<https://periodicos.ficv.edu.br/index.php/summaesapientiae/article/view/20>>. Acesso em: 16 mar. 2023.

FALCÃO, S.C. **Religiosidade, ansiedade e depressão em estudantes de Medicina e Teologia**. 2022. 337f Tese (Doutorado)- Universidade Católica de Pernambuco. Programa de Pós-graduação e inovação em Ciências da Religião. Recife-PE, 2022.

GOMES, E.T.; ESPINHA, D.C.M.; BEZERRA, S.M.M.S. Religion and belief in God in the preoperative period of cardiac surgery: an exploratory study. **Online Brazilian Journal of Nursing**; [S.l.], v. 14, n. 3, p. 273-283, oct./2015. Disponível em: <<https://www.objnursing.uff.br/article/pdf/865>>. Acesso em: 16 mar. 2023.

GOMES, L.N. et al. A influência da espiritualidade na terapêutica e prognóstico dos pacientes com transtornos mentais. **Revista Eletrônica Acervo Científico**; v. 29, jul./2021. Disponível em: <<https://acervomais.com.br/index.php/cientifico/article/view/7729>>. Acesso em: 22 abr. 2023.

GROLLI, V.; WAGNER, M.F.; DALBOSCO, S.N.P. Sintomas Depressivos e de Ansiedade em Adolescentes do Ensino Médio. **Rev. Psicol. IMED**; Passo Fundo, v. 9, n. 1, p. 87-103, jun./2017. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S2175-50272017000100007&script=sci_abstract&lng=pt>. Acesso em: 16 mar. 2023.

LANCUNA, A.C. et al. Religiosidade e Espiritualidade no Enfrentamento da Ansiedade, Estresse e Depressão. **Brazilian Journal of Health Review**; [S. l.], v. 4, n. 2, p. 5441-5453, 2021. Disponível em: <<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/26330>>. Acesso em: 16 mar. 2023.

MENDONÇA, S.D.G. Relevância da espiritualidade em transtornos depressivos. **Rumos da informação**; v.2, n.1, p.46-63, jul./2021. Disponível em: <<https://rumosdainformacao.ivc.br/index.php/rumosdainformacao/issue/view/3/6>>. Acesso em: 22 abr. 2023.

MOLINA, N.P.F.M. et al. Religiosidade, espiritualidade e qualidade de vida de idosos segundo a modelagem de equação estrutural. **Texto & Contexto Enfermagem**; v. 29: e20180468, 2020. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/339320707_RELIGIOUSITY_SPIRITUALITY_AND_QUALITY_OF_LIFE_OF_ELDERLY_ACCORDING_TO_STRUCTURAL_EQUATION_MODELING>. Acesso em: 16 mar. 2023.

MONTEIRO, D.D. et al. Espiritualidade / religiosidade e saúde mental no brasil: uma revisão. **Bol. Acad. Paul. Psicol.**; São Paulo, v. 40, n. 98, p. 129-139, jun./2020. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-711X2020000100014&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 22 abr. 2023.

MURAKAMI R.; CAMPOS, C.J.G. Religião e saúde mental: desafio de integrar a religiosidade ao cuidado com o paciente. **Rev. Bras. Enferm.** V. 65 Ed. 2, 2012. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/reben/a/tXdvKWGpyYDfKwCWMDHW3ZG/?lang=pt#>>. Acesso em 25 abr. 2023.

NERY, B.L.S. et al. Vulnerabilidades, depressão e religiosidade em idosos internados em uma unidade de emergência. **Rev Gaúcha Enferm.**; v.39:e2016-0073, 2018. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rngen/a/LwnZnWnTJ9JDdxcTqwVRKGR/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em: 16 mar. 2023.

NÓBREGA, I.R.A.P. et al. Fatores associados à depressão em idosos institucionalizados: revisão integrativa. **Saúde Debate**; Rio de Janeiro, v. 39, n. 105, p.536-550, abr./jun. 2015. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/sdeb/a/gfFFTzQKvvCLzr3SWHCXJ6C/?lang=pt&format=pdf>>. Acesso em: 16 mar. 2023.

OKUMA, G.Y. et al. Espiritualidade, religiosidade, distress e qualidade de vida em pacientes oncológicos. **Rev. Psicol. Saúde** [online].; v.13, n.2, p. 3-17, 2021. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpsaude/v13n2/v13n2a02.pdf>>. Acesso em: 10 maio 2023.

OLIVEIRA, L.M.S.M. et al. Readmission of patients with acute coronary syndrome and determinants. **Arq Bras Cardiol.**; v.113, n. 1, p. 42 - 9, 2019. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/abc/a/vFz5WbT8bry3643GTwFnx4h/abstract/?lang=en>>. Acesso em: 16 mar. 2023.

Organização Panamericana da Saúde (OPAS). **Aumenta o número de pessoas com depressão no mundo**. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/noticias/23-2-2017-aumenta-numero-pessoas-com-depressao-no-mundo>>, 23 Fev 2017. Acesso em 05 maio 2023.

PRANDINI, N.R. et al. História de familiares que vivenciam o cuidado da pessoa com depressão. **Cogitare enferm.**; v. 25: e70406, 2020. Disponível em: <<https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/70406>>. Acesso em: 16 mar. 2023.

TOLEDO, G.R.R. A espiritualidade em tempos de pandemia. **ATEO**; Rio de Janeiro, v. 25, n. 68, p. 524-533, jul./dez. 2021. Disponível em: <https://www.maxwell.vrac.puc-rio.br/rev_ateo.php?strSecao=fasciculo&fas=56738&NrSecao=X3&secao=INICIA%C3%87%C3%83O%20CIENT%C3%8DFICA&nrseqcon=56668>. Acesso em: 16 mar. 2023.