



Espiritualidade e psiquiatria: atenção à saúde mental na dimensão psicossocial e espiritual

Spirituality and psychiatry: mental health care in the psychosocial and spiritual dimension

10.56238/cpahjournalv5n2-007

Francis Moreira da Silveira¹

RESUMO

A dimensão psicossocial e espiritual tem sido bastante debatida e valorizada em época contemporânea. A espiritualidade como coadjuvante na busca pela saúde mental, revelando-se importante estudar sobre o assunto que repercute diretamente sobre a atenção à saúde mental. O artigo objetiva discorrer sobre a relação espiritualidade e saúde mental, buscando ainda demonstrar como pode se dar a atenção à saúde mental considerando-se a dimensão espiritual e psicossocial. Possui por objetivo geral estudar a atenção à saúde mental na dimensão psicossocial, em especial com relação a espiritualidade. Possui ainda por objetivos específicos analisar a saúde mental no Brasil; discorrer sobre a atenção em saúde mental no contexto brasileiro; estudar como ocorrer a atenção à saúde mental no Brasil com relação a espiritualidade; discorrer sobre como a espiritualidade pode auxiliar na atenção à saúde mental, e por fim trazer soluções para que a espiritualidade seja valorizada na dimensão biopsicossocial e da psiquiatria. Para isso a metodologia adotada foi a bibliográfica, através da pesquisa qualitativa que se adequa aos fins propostos no presente artigo. Conclui-se que a espiritualidade é fator preponderante para a saúde mental somado a dimensão psicossocial no âmbito dos tratamentos psiquiátricos.

Palavras-chave: Saúde Mental. Psicossocial. Espiritualidade. Importância.

ABSTRACT

Spirituality has been widely debated and valued in contemporary times, and the spiritual aspect is a relevant supporting factor in the search for mental health, proving to be important to study on the subject, especially in the psychosocial dimension and in the context of mental health care. The article aims to discuss the relationship between spirituality and mental health, also seeking to demonstrate how attention can be given to mental health considering the spiritual and psychosocial dimension. Its general objective is to study mental health care in the psychosocial dimension, especially in relation to spirituality. Its specific objectives are also to analyze mental health in Brazil; talk about mental health care in the Brazilian context; to study how to take care of mental health in Brazil in relation to spirituality; talk about how spirituality can assist in mental health care, and finally bring solutions for spirituality to be valued in the psychosocial and psychiatry dimension. For this, the methodology adopted was bibliographic, through qualitative research, which is the one that best fits the purposes proposed in this article. It is concluded that spirituality is a very relevant factor for mental

¹ Mestrando do Curso de Neurociências – UniLogos, Médico Psiquiatra Membro da Associação Brasileira de Neuropsiquiatria ABNP



health, and not only in the psychosocial dimension but also in the scope of psychiatric treatments.

Keywords: Mental health. Heads up. Spirituality. Importance.

1 INTRODUÇÃO

Na busca por uma abordagem terapêutica mais humanizada e individualizada na atenção à saúde mental na Atenção Primária em Saúde (APS), busca-se uma valorização de aspectos psicossociais como a espiritualidade, e neste contexto, o estudo da espiritualidade dentro da atenção à saúde mental e de seus benefícios se revela necessário e relevante, motivo pelo qual justifica-se a escolha do tema.

Possui por objetivo geral estudar sobre a espiritualidade como coadjuvante na abordagem terapêutica na atenção à saúde mental. Possui ainda por objetivos específicos analisar a saúde mental no Brasil; discorrer sobre a atenção em saúde mental no contexto brasileiro; estudar como ocorrer a atenção à saúde mental no Brasil com relação a espiritualidade; discorrer sobre como a espiritualidade pode auxiliar na atenção à saúde mental.

A metodologia adotada no presente artigo foi a referência bibliográfica, desenvolvida por meio de pesquisa qualitativa, através da seleção de materiais como artigos, livros e leis que discutem a importância da espiritualidade na atenção à saúde mental. Para isso os materiais serão selecionados através de buscas em sites de obras acadêmicos relacionados a pesquisas gerais e na área da saúde, tais como Bireme, Scielo e Lilacs, utilizando-se para isso descritores como Saúde Mental. Espiritualidade. Atenção. Psiquiatria. Psicossocial.

2 DESENVOLVIMENTO

2.1 ATENÇÃO À SAÚDE MENTAL NO BRASIL

Saúde mental é definida pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como o estado de bem-estar no qual o indivíduo é capaz de utilizar suas habilidades, recuperar-se do stress, ser produtivo e contribuir com o meio social no qual se encontra inserido. No Brasil a atenção à saúde mental é de responsabilidade do Estado, através do Sistema Único de Saúde (SUS), através de ações organizadas por nível de complexidade (JUNIOR; TOBIAS; TEIXEIRA, 2019, p. 102).



Em escala global, os transtornos mentais e comportamentais respondem por cerca de um quarto de todos os anos perdidos por incapacidade. A OMS prevê que a depressão deva ser uma das causas importante de incapacidade, ficando atrás apenas das doenças isquêmicas cardíacas. Tem-se ainda que grande parte da carga global de doença mental estão em países com baixa ou média renda, como o Brasil (WENCESLAU; ORTEGA, 2015).

As questões relativas à saúde mental, dentro do contexto sociocultural atual, colocam o indivíduo diante de uma crise de identidade, e mesmo com o alto grau de independência e domínio propiciados na atualidade por fatores como ciência e tecnologia, o ser humano se vê diante de situações que lhe trazem desamparo e ansiedade existencial, e neste contexto, a busca por valores como a espiritualidade vem sendo cada vez mais pesquisada em sua relação com a saúde mental. (OLIVEIRA; JUNGES, 2012, p. 469).

Por longo tempo no Brasil a questão da saúde mental era resolvida dentro dos muros de instituições, segregando o doente e muitas vezes impossibilitando com isso sua reinserção à sociedade. Com a reforma psiquiátrica ocorrida na década de 80, restaram ampliadas as discussões e visões dos profissionais de saúde acerca dos melhores tratamentos e abordagens direcionados aos pacientes portadores de doença mental (SALIMENA *et al.* 2016).

Ainda para os autores acima, com a aludida reforma houve a desinstitucionalização, o que deu origem a rede de atenção à saúde mental, que articula diversos serviços nos níveis de assistência primária, secundária e terciária para promoção da integralidade, princípio do SUS que considera necessidades específicas da população. No âmbito da Saúde Mental, a rede de atenção veio se concretizar através do desenvolvimento de políticas e projetos para atendimento as necessidades referentes à saúde mental, passando o cuidar em Saúde Mental a ser orientado pela promoção e produção de vida e saúde.

Entende-se que a atual política de saúde mental tem norteado a atenção ao portador de transtorno mental pelo modelo de atenção psicossocial, ultrapassado as barreiras dos hospitais, tem dado mais atenção aos recursos locais, como a participação das famílias nos programas e da sociedade. Nesse contexto, a família adquire maior visibilidade, sendo percebida tanto como sujeito que auxilia na construção dos cuidados, quanto potencializadora de recursos



que promovam ações de saúde. Assim, o cuidado em saúde mental centra-se na pessoa com diagnóstico psiquiátrico, no espaço familiar e social, valorizando a vivência cotidiana, a participação da família, suas relações e contatos nos diferentes contextos de vida (LAVALL; OLSCHOWSKY, 2013, p. 233).

A Atenção Primária à Saúde (APS) instituída como política pública no Brasil, vem a possibilitar o acesso da população ao SUS, inclusive das pessoas que demandam cuidados em saúde mental, sendo que a estratégia terapêutica relativa à saúde mental ocorre através de ações de promoção e prevenção. Os autores ressaltam ainda o aumento das taxas de suicídio, pacientes acometidos por transtorno psicopatológico e novas drogas terapêuticas, o que chama atenção do governo, sociedade e instituições para o cuidado em saúde mental e sua importância (JUNIOR; TOBIAS; TEIXEIRA, 2019).

A saúde mental interfere diretamente na saúde e qualidade de vida dos indivíduos, e por isso, na atualidade a qualidade dos cuidados em saúde mental no âmbito da atenção Psicossocial recebe ampla atenção (MOREIRA; BOSI, 2019). A atual política de saúde mental no Brasil, tendo em vista o modelo de atenção psicossocial adotado, traz as diretrizes para o cuidado ao indivíduo no âmbito da saúde mental além dos muros hospitalares, buscando a integração do indivíduo em seu meio, tanto social como familiar (LAVALL; OLSCHOWSKY, 2013, p. 233).

Ainda segundo os autores acima e no contexto ali delineado, o cuidado em saúde mental é centrado na pessoa com diagnóstico psiquiátrico, bem como no espaço familiar e social que ele se encontra inserido, buscando a valorização da vida social e familiar, das relações e contatos nos diversos contextos de vida. Essa dinâmica facilitar a busca de novos modos de intervenção e de apoio por meio de seus vínculos com outros atores e setores inclui a espiritualidade, conforme se analisará no tópico a seguir.

2.2 APLICAÇÃO DA ESPIRITUALIDADE NA SAÚDE MENTAL

Segundo a OMS, trata-se a espiritualidade do conjunto de emoções e convicções de natureza imaterial, através da suposição de que há mais no viver do que pode ser percebido ou plenamente compreendido. Desta forma, seguindo as diretrizes da OMS, os estudos relacionados a saúde mental abordaram a espiritualidade, o bem estar psicológico e a integração bio-psico-socio-espiritual



do ser humano dentro do conceito multidimensional de saúde, com a inclusão pela OMS em 1988 da espiritualidade sem a limitar a qualquer tipo específico de crença ou prática religiosa (OLIVEIRA; JUNGES, 2012).

Na atualidade encontra-se consolidado o entendimento de que a espiritualidade atua como um fator protetor da saúde mental, atuando ainda como inibidor de transtornos, e neste contexto, a ciência vem cada vez mais a se interessar pelo estudo do tema. Apesar das diferentes épocas e culturas, o interesse pela espiritualidade e pela religião sempre existiu na história humana. No entanto, só recentemente a ciência mostrou interesse em estudar este assunto (MARQUES, 2014).

Para a autora acima, esse interesse da ciência se deu ao se analisar o papel da espiritualidade na saúde mental e perceber-se que o bem-estar espiritual pode ser considerado um fator de proteção para transtornos psiquiátricos menores, tendo, portanto, a espiritualidade uma relação direta com a saúde e os transtornos mentais. Isso ocorre porque, a espiritualidade possui influência psicodinâmica, atuando na prevenção de transtornos mentais, por auxiliar em questões como ansiedade, medo e frustração.

Muito da valorização da espiritualidade ocorreu porque está ela relacionada a melhor qualidade de vida e saúde mental, e isso porque a espiritualidade, assim como a crença religiosa, se constitui em partes importantes da cultura, princípios e valores de um povo, motivo porque a dimensão espiritual vem sendo inserida inclusive dentro da atenção à saúde mental no Brasil.

Assim, a importância da inclusão da espiritualidade na prática clínica e na atenção à saúde mental revela-se bastante benéfica, por auxiliar os profissionais que atuam na rede a obter melhores resultados com relação a saúde mental e traz um atendimento mais humanizado e propiciar maiores condições de bem estar aos pacientes. Importante aqui trazer uma breve diferenciação de espiritualidade e religiosidade, e segundo Monteiro *et al.* (2020), a espiritualidade não se encontra de maneira necessária, ligada a uma religião ou a religiosidade, estando mais conectada com a forma como o indivíduo procura viver e se relaciona com melhores indicadores de saúde mental e bem-estar.

Importante aqui se fazer uma breve diferenciação entre religiosidade e espiritualidade. Para Salimena *et al.* (2016) a espiritualidade pode ser definida



como a busca de cada indivíduo pelo entendimento do significado das situações cotidianas e das relações que estas estabelecem com o sagrado/transcendental, enquanto a religiosidade surge como um sistema organizado de crenças, práticas e símbolos que são projetados para facilitar a aproximação com o sagrado.

Estudos apontam que na atenção à saúde, a escuta da experiência espiritual na atividade do profissional e a capacidade de deixar-se afetar, pode favorecer uma intervenção qualificada e que traga melhores resultados. Estudos demonstram a importância de que a espiritualidade seja reconhecida e valorizada pelos profissionais como um recurso que favorece a saúde mental (OLIVEIRA; JUNGES, 2012).

Assim, deve a espiritualidade ser incorporada na prática assistencial, devendo os profissionais da área desenvolverem um novo olhar sobre o tema, de forma a considerar os aspectos espirituais como parte do tratamento visando contemplar a integralidade na assistência à saúde. Faz parte dos cuidados dos profissionais de saúde como psiquiatras, o respeito pelos anseios espirituais e religiosos, de forma a otimizar os cuidados, que devem ser pautados pelos pressupostos da integralidade à saúde (SALIMENA *et al.* 2016, p. 4).

Para Marques (2014), o bem estar espiritual pode ser considerado um fator de proteção para transtornos psiquiátricos menores e graves a partir da revisão bibliográfica realizada na qual percebe-se o crescente acúmulo de evidências sobre a relação religiosidade/espiritualidade e saúde

2.3 A ESPIRITUALIDADE COMO COADJUVANTE AO TRATAMENTO SAÚDE MENTAL

Ao se inaugurar um novo tempo com relação ao tratamento da saúde mental no Brasil, uma abordagem terapêutica mais humanizada e individual no sentido de se analisar os diversos aspectos intrínsecos em cada paciente se fez presente, e dentro dessa abordagem, reconhece-se fatores como a espiritualidade como importante coadjuvante do tratamento. Assim, no trabalho em saúde, em especial dentro da atenção, o cuidado com o paciente em sofrimento mental deve considerar a sua espiritualidade (JUNIOR; TOBIAS; TEIXEIRA, 2019).



Restando claro a relevância da espiritualidade na questão da saúde mental, deve a mesma atuar como um coadjuvante na abordagem terapêutica relativa à saúde mental. Segundo a BVSMS (2020), a Política Nacional de Saúde Mental, instituída no âmbito da saúde pública no Brasil, busca consolidar um modelo de atenção aberto e de base comunitária, e cuja proposta é atendimento de pessoas no contexto da saúde mental, e neste âmbito a espiritualidade deve ser inserida dentro da dimensão psicossocial (LAVALL; OLSCHOWSKY, 2013, p. 233).

Para os autores acima, a dimensão psicossocial aparece como um organizador do cuidado em saúde mental realizado no domicílio, integrando aspectos como: proximidade e relação de trocas, dedicação, responsabilidade, cidadania, autonomia, desenvolvimento das capacidades, lazer, inserção social, possibilitando a construção de um cuidado ampliado a integral, devendo a espiritualidade ser valorizada e incorporada à construção da atenção psicossocial.

Com relação a atenção psicossocial, Godoy (2015) esclarece que a atenção psicossocial pode ser definida como as diretrizes e dispositivos para os cuidados clínicos na área de saúde mental, considerando a pessoa, o contexto, a família, a rede e o próprio profissional da saúde. Desta forma, a dimensão psicossocial e espiritual sempre deve ser inserida no contexto da atenção à saúde mental.

A espiritualidade auxilia no equilíbrio emocional e em consequência no bem estar e na saúde mental, devendo por tais motivos ser mais valorizada no âmbito da atenção à saúde mental no Brasil. Auxilia ainda na recuperação da saúde e na suavização dos sintomas. Tendo em vista a importância da espiritualidade no âmbito da atenção à saúde mental, se revela importante que os profissionais que atuam na área de saúde mental conheçam a história espiritual do paciente, pois tal conhecimento auxilia no enfrentamento da doença e pode ainda colaborar para o sucesso do tratamento e equilíbrio dos problemas mentais (SALIMENA *et al.* 2016, p. 4).

Ainda para os autores acima, os profissionais da saúde devem, no atendimento no âmbito da atenção à saúde mental, pesquisar a história espiritual do paciente, eis que esta exerce influência direta no projeto terapêutico e no transtorno mental. Para Marques (2014), a aproximação entre espiritualidade e



psiquiatria pode auxiliar os profissionais de saúde mental no desenvolvimento de habilidades que possibilitem a melhor compreensão dos fatores que influenciam a saúde mental dos pacientes, bem como nas estratégias psicoterápicas e médicas a serem adotadas (MARQUES, 2014).

Os diversos estudos realizados com os profissionais de saúde mental destacam a relevância da inclusão do aspecto espiritual na formação destes profissionais, por se propiciar a compreensão da integralidade do sujeito e que suas necessidades extrapolam os limites do biológico, social e psicológico (MONTEIRO *et al.* 2020, p. 138).

Sendo a espiritualidade um suporte terapêutico para a saúde mental, auxilia na comunicação terapêutica, nas relações interpessoais, na construção da independência e dignidade de indivíduos atendidos no âmbito da atenção à saúde mental, devendo por tais motivos ser mais valorizado como recurso terapêutico.

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O artigo buscou analisar os principais pontos no que se refere à espiritualidade no âmbito da atenção à saúde mental dentro da dimensão psicossocial e espiritual. Para isso analisou-se a atenção à saúde mental no Brasil, bem como as políticas públicas voltadas ao tema. Em seguida se discorreu sobre o papel da espiritualidade e como pode auxiliar no bem estar e na prevenção de doenças mentais como, por exemplo, a depressão. Por fim, analisou-se como a espiritualidade pode fazer parte da abordagem multidimensional da saúde mental, apontando-se e comprovando-se os seus benefícios.

De tudo analisado, pode-se concluir que a espiritualidade, assim como a religiosidade, pode atuar de forma bastante benéfica na manutenção da saúde mental e na prevenção de doenças mentais. No entanto, mesmo com os diversos estudos que comprovam os benefícios da espiritualidade para a saúde mental, constata-se que a nível de Brasil o tema precisa ser mais aplicado, tendo em vista que nem todos os profissionais de saúde da área estão conscientes da importância da espiritualidade no tratamento de sofrimentos psíquicos.

Conclui-se ainda que no Brasil são necessários maiores investimentos públicos na atenção à saúde mental, em especial na dimensão psicossocial e



espiritual. A reforma psiquiátrica ocorrida na década de oitenta, trouxe importantes modificações na forma como a saúde mental era tratada até então, ao desinstitucionalizar o paciente e inseri-lo dentro de um contexto familiar e social. Falta agora uma mudança com relação à maior valorização dos aspectos individuais do paciente, como a sua espiritualidade, no âmbito da saúde mental.

A relação entre espiritualidade e saúde mental resta clara, e deve os profissionais da área, como os psiquiatras, serem sensíveis a esta relação. A espiritualidade pode revelar a forma como o indivíduo vê e se relaciona com o mundo. Assim, na abordagem deve-se sempre perquirir sobre a espiritualidade do paciente, porque esta informação apesar de ser simples, traz muito sobre a visão deste paciente. Sendo os fatores culturais e psicossociais relevantes na dimensão da saúde mental, possui ainda a espiritualidade a capacidade de modificar a expressão de determinados transtornos. O tratamento também pode ser influenciado pela visão de mundo e pela espiritualidade de uma pessoa.

Ressalte-se que não obstante a comprovada relação entre espiritualidade e saúde mental, ainda são escassos os estudos existentes, sendo um tema ainda negligenciado no âmbito dos cuidados em saúde mental, em especial no Brasil, motivo pelo qual o artigo pode apresentar certas limitações.



REFERÊNCIAS

Bvsm. Conhecarapsredeatencaopsicossocial. Disponível em: https://bvsm.saude.gov.br/bvs/folder/conheca_raps_rede_atencao_psicossocial.pdf. Acesso em 14 abr. 2021.

Godoy, maria gabriela. Atenção psicossocial: conceitos, diretrizes e dispositivos clínicos. 2015. Disponível em: <https://ares.unasus.gov.br/acervo/handle/ares/1838>. Acesso em: 14 abr. 2021.

Junior, mauri gonçalves; tobias, gabriela camargo; teixeira, cristiane chagas. Saúde mental na atenção primária à saúde. Rev. Aten. Saúde, são caetano do sul, v. 17, n. 60, p. 101-116, abr./jun., 2019. Disponível em: <file:///c:/users/w10/downloads/5582-texto%20do%20artigo-19202-1-10-20190816.pdf>. Acesso em: 14 abr. 2021.

Lavall, eliane; olschowsky, agnes. Dimensão psicossocial do cuidado em saúde mental realizado pela família no domicílio. J nurs health. 2013;3(2):233-45. Disponível em: <file:///c:/users/w10/downloads/3716-11100-1-pb.pdf>. Acesso em: 13 abr. 2021.

Marques, stella maris souza. Espiritualidade na promoção de saúde mental – um enfoque na formação do psicólogo. 2014. Disponível em: <https://semanaacademica.org.br/system/files/artigos/artigo-espiritualidade-na-promocao-de-saude-mental-04-01-16.pdf>. Acesso em: 15 abr. 2021.

Monteiro, daiane daitx *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. Acessos em 13 abr. 2021.

Moreira, daiana de jesus; boschi, maria lucia magalhães. Qualidade do cuidado na rede de atenção psicossocial: experiências de usuários no nordeste do brasil. Physis, rio de janeiro, v. 29, n. 2, e290205, 2019. Available from http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s0103-73312019000200603&lng=en&nrm=iso. Access on 14 apr. 2021. Epub sep 16, 2019.

Oliveira, márcia regina de; junges, josé roque. Saúde mental e espiritualidade/religiosidade: a visão de psicólogos. Estud. Psicol. (natal), natal, v. 17, n. 3, p. 469-476, dec. 2012. Available from http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s1413-294x2012000300016&lng=en&nrm=iso. Access on 13 apr. 2021.

Salimena, anna maria de oliveira *et al.* Compreensão da espiritualidade para os portadores de transtorno mental: contribuições para o cuidado de enfermagem. Rev gaúcha enferm. 2016 set;37(3):e51934. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rgenf/v37n3/0102-6933-rgenf-1983-144720160351934.pdf>. Acessos em 13 abr. 2021.



Vasconcelos, mardênia gomes ferreira *et al.* Projeto terapêutico em saúde mental: práticas e processos nas dimensões constituintes da atenção psicossocial. *Interface - comunicação, saúde, educação* [online]. 2016, v. 20, n. 57 [acessado 14 abril 2021], pp. 313-323. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1807-57622015.0231>>. Issn 1807-5762. [Https://doi.org/10.1590/1807-57622015.0231](https://doi.org/10.1590/1807-57622015.0231).

Wencelsau, leandro david e ortega, francisco. Saúde mental na atenção primária e saúde mental global: perspectivas internacionais e cenário brasileiro. *Interface - comunicação, saúde, educação* [online]. 2015, v. 19, n. 55 [acessado 15 abril 2021], pp. 1121-1132. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1807-57622014.1152>>. Epub 21 ago 2015. Issn 1807-5762. [Https://doi.org/10.1590/1807-57622014.1152](https://doi.org/10.1590/1807-57622014.1152).