

AVALIAÇÃO DA ESPIRITUALIDADE PARA MANUTENÇÃO DA SAÚDE MENTAL DOS IDOSOS EM DIFERENTES CONTEXTOS, PARA FINS COMPARATIVOS, NO MUNICÍPIO DE ANÁPOLIS - GOIÁS

Clara Quaresma Vieira¹

Email: quaresmaclara690@gmail.com

Vitória Maria de Araújo Lobo²

Email: vitorialoboo086@gmail.com

Emmanuel Barros Duarte²

Email: manel12345631@gmail.com

Humberto de Souza Fontoura²

Email: humberto.fontoura@docente.unievangelica.edu.br

Leandro Nascimento Silva Rodrigues³

Email: leandro.rodrigues@docente.unievangelica.edu.br

Universidade Evangélica de Goiás – UniEVANGÉLICA¹²³

RESUMO

Introdução: A espiritualidade tem se mostrado recurso importante no enfrentamento de desafios emocionais no envelhecimento, associada à ressignificação da vida e à adaptação a situações de vulnerabilidade. Nesse contexto, tornou-se relevante compreender seu espaço na vida senescente em diferentes cenários. **Objetivo:** Avaliar o impacto da espiritualidade sobre a saúde mental da pessoa idosa em envelhecimento ativo e não ativo. **Método:** Estudo qualitativo com idosos acima de 60 anos, cognitivamente autônomos, vinculados à UniAPI (UniEVANGÉLICA) e a ILPIs de Anápolis-GO. A coleta ocorreu por entrevistas semiestruturadas e pelas escalas GDS-15 e FACIT-sp, priorizando bem-estar e privacidade em ambiente reservado. **Resultados:** A maioria apresentou resultado negativo para depressão (77,5%), enquanto 17,5% tiveram depressão leve e 5% moderada. Não houve diferenças significativas entre instituições. Entretanto, observou-se associação entre espiritualidade e sintomas depressivos: níveis elevados de espiritualidade estiveram relacionados à ausência de depressão, enquanto níveis baixos se associaram a quadros leves ou moderados. **Conclusão:** A espiritualidade mostrou-se central na manutenção da saúde mental, auxiliando a adaptação aos desafios do envelhecimento e reforçando sua valorização no cuidado integral à pessoa idosa.

Palavras-chave: Envelhecimento; Espiritualidade; Saúde mental.

INTRODUÇÃO

Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), hoje, as pessoas idosas formam um grande corpo social¹. Levando em consideração a abordagem holística da pessoa, a espiritualidade tem emergido como uma dimensão fundamental, pois nessa fase, as questões existenciais, solidão, doenças crônicas e perdas são mais frequentes. A literatura tem evidenciado que a espiritualidade pode promover resiliência, bem-estar e aceitação, sendo uma aliada no enfrentamento dos desafios da senescência relacionados à saúde mental. Assim, a fé pode amenizar o sofrimento do envelhecimento e até prolongar a vida.^{2,3} A religião é entendida como um sistema organizado de crenças e práticas relacionadas ao sagrado, enquanto a

espiritualidade envolve uma vivência mais ampla e pessoal com o transcendente, podendo ou não estar ligada à religiosidade. Ambas influenciam a forma de enfrentar adversidades, favorecendo aceitação, adaptação, paz, autoestima e resiliência.³ O envelhecimento, por sua vez, é influenciado por fatores ambientais e socioculturais, podendo resultar em um processo saudável ou patológico⁴ Trata-se de uma transição complexa entre a vida adulta e a terminalidade, por esse motivo, a Sociedade Brasileira de Geriatria defende o envelhecimento ativo, caracterizado pela otimização da saúde, participação e segurança, abrangendo o bem-estar mental, a integração social e independência.^{5,2}

Reconhecer a heterogeneidade no envelhecimento é essencial, pois fatores como contexto social e autonomia influenciam a forma de lidar com a proximidade da morte.⁵ A percepção atual é de que o processo de envelhecimento não ativo - idosos em ILPI – tendem a ter menor autonomia e por isso apresentam humor mais deprimido em comparação aos que vivenciam um envelhecimento ativo, marcado por participação social e preservação da independência.^{4,5}

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo descritivo, transversal e qualitativo, realizado com idosos da UniAPI e de Instituições de Longa Permanência (ILPIs) de Anápolis-GO: Casa de acolhimento Jesus Cristo é o Senhor (ILPIJCS) e o Instituto dos Frades Servos da Imaculada (ILPIFSI). A amostra de conveniência foi composta 40 idosos, todos com funções cognitivas preservadas e que aceitaram participar mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Foram excluídas das anotações, os relatos de idosos que não preencherem adequadamente o TCLE. A coleta obedeceu ao tempo de permissão das instituições para colhimento dos dados, com tempo de entrevista de 15 minutos. Foram utilizados instrumentos validados, incluindo a Escala GDS-15 e a FACIT-Sp, que avaliaram espiritualidade e sua relação com indicadores de saúde mental. Todas as etapas seguiram as diretrizes éticas da Resolução 466/12 do CNS, assegurando sigilo e privacidade.

O projeto foi submetido ao CEP/UniEVANGÉLICA, em conformidade com a Resolução 466/2012 e a Declaração de Helsinque e aprovado mediante o parecer de número: 7.168.433. Os idosos participaram de forma voluntária. Os dados foram

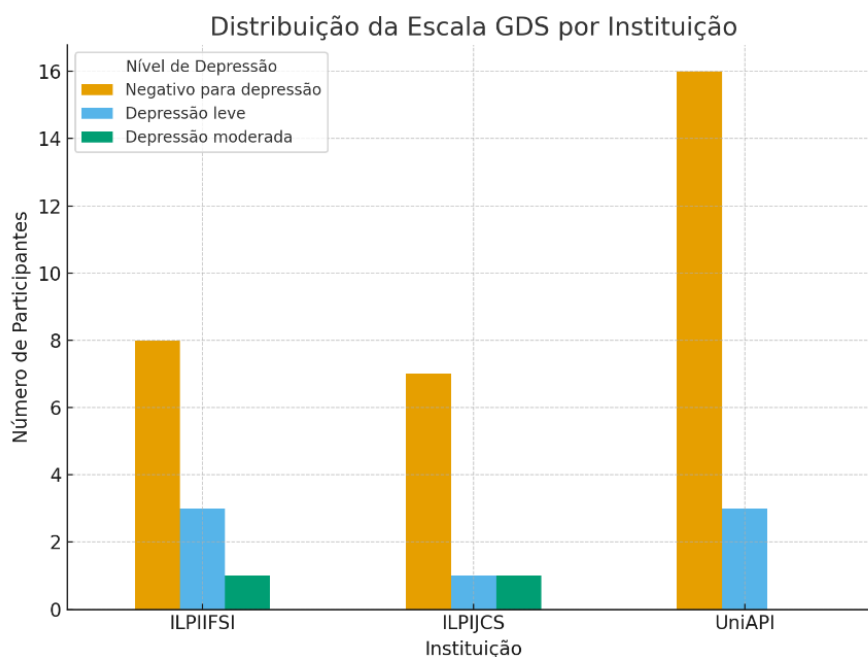
organizados em planilhas Excel e analisados no SPSS 16.0, adotando-se significância de $p < 0,05$, após, apresentados em tabelas usando porcentagem para explicação.

RESULTADOS

Os dados recolhidos no projeto UniAPI revelaram, sob avaliação prévia da capacidade cognitiva e funcional, que esses participantes desfrutaram de um envelhecimento ativo e tem menos comorbidades⁶. Nas ILPIJCS e na ILPIIFSI, os indivíduos portam limitações físicas graves comorbidades, logo, devido a isso e a desafios intrínsecos, apresentam um processo de senescência de forma não ativa.⁷

Nesses ambientes, os instrumentos de coleta relacionaram as triagens de depressão com o nível de espiritualidade e o contato com o transcendente por meio das escalas GDS e Facit-sp respectivamente, somado a isso, as respostas foram expostas aos contextos de envelhecimento ativo e envelhecimento não ativo.⁶ Das 40 pessoas idosas, 21 são do sexo feminino, e 19, masculino. A análise pela escala GDS demonstrou que, na triagem 77,5% não apresentaram depressão e uma porcentagem, proporcionalmente pequena, referiu maior quantidade de sintomas depressivos. Quando comparados os níveis de depressão entre as instituições (ILPIs e UniAPI), não se observaram diferenças estatisticamente significativas ($p = 0,5904$), refletindo que as práticas espirituais são importantes alicerces para manutenção da saúde mental em todas as formas de envelhecimento, dados vistos no gráfico 1.

Gráfico 1: Triagem GDS por instituição



Legenda: ILPIFSI: Instituição de longa permanência para idosos Instituto dos Frades dos servos da Imaculada; ILPIJCS: Instituição de longa permanência Jesus Cristo é o Senhor.

Fonte: Próprio autor, 2025

Os participantes dos lares de acolhimento afirmaram receber apoio social de base religiosa e reconhecia essas ações de caridade como reflexo da espiritualidade de outrem. Já os participantes da UniAPI – pessoas em envelhecimento ativo - reconheciam que a força motivadora para manter bons hábitos era encontrada na fé e na união familiar. A tabela 1 associa espiritualidade e os níveis de depressão ($p = 0,0014$). Observou-se que indivíduos com maiores escores de espiritualidade apresentaram, em maioria, poucos sintomas depressivos, enquanto os que relataram baixa associação com espiritualidade mostraram sintomas de depressão moderada.

Tabela 1. Título

Escala GDS	Espiritualidade Facit-sp BAIXA	Espiritualidade Facit-sp MÉDIA	Espiritualidade Facit-sp ALTA	Total %
Não depressivo	2	15	14	77,5%
Depressão leve	3	4	0	17,5%
Depressão moderada	2	0	0	5%
Depressão grave	0	0	0	0%

Fonte: Próprio autor

A prática da fé, sobretudo por meio da oração, missas, pregações e grupos religiosos, mostrou-se fundamental para o bem-estar dos entrevistados, favorecendo aceitação de limitações, resiliência frente a doenças crônicas, perdas e solidão. A participação religiosa fortaleceu a conexão com o transcendente, contribuindo para equilíbrio emocional, autoestima e, em ILPIs, onde a fé tem grande espaço a ser preditivo de suporte, foi importante para a manutenção da esperança e positividade.

CONCLUSÃO

Diante do resultado em relação aos dados conclui-se que a presença do elemento fé e práticas espirituais, como orações, foram e são um importante amparo durante o processo de envelhecimento para a manutenção da saúde mental para pessoas idosas. Além disso houve correlação entre as práticas espirituais, participação social e a relação ética-recíproca. Para idosos em ILPIs, em envelhecimento não ativo, a espiritualidade ajudou a enfrentar a solidão, enquanto aos que usufruíam de envelhecimento ativo, a prática religiosa e espiritualidade contribuiu para a autonomia e manutenção das atividades cotidianas.

AGRADECIMENTOS

Agradece-se ao Programa de Iniciação Científica da UniEVANGÉLICA pela oportunidade científica e aos participantes que compartilharam suas histórias com sensibilidade. Registra-se agradecimento ao Profº. Dr. Leandro Nascimento Silva de Rodrigues pela orientação. Reconhece-se, ainda, a colaboração dos integrantes da pesquisa, importantes no êxito do projeto.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Trindade KA, Araújo JVF, Silva X, et al. A espiritualidade como recurso de enfrentamento da ansiedade de idosos durante a pandemia de COVID-19. *Res Soc Dev.* 2021;10(15):e48101520259. doi:10.33448/rsd-v10i15.20259.
2. Botesini G, Graeff DB, Portella MR, Dalmolin BM, Scortegagna HM, Alves ALS. Prevalência de depressão e demência em adultos e idosos ativos. *Rev Bras Cienc Envelhec Hum.* 2020;17(2):5 – 7 .doi:10.5335/rbceh.v17i2.11911.
3. Margaça C, Rodrigues D. Espiritualidade e resiliência na adultez e velhice: uma revisão. *Fractal Rev Psicol.* 2019;31(2):150-7. doi:10.22409/1984-0292/v31i2/5690.
4. Puglia CC, Coutinho LG, Bloch FV, Sgarbossa L, Silva MN, Pontes HCF, et al. Abordagens para o envelhecimento ativo e saúde do idoso. *Braz J Implantol Health Sci.* 2024;6(4):1320-30. doi:10.36557/2674-8169.2024v6n4p1320-1330.
5. Celestino ES, Silva GF. As repercussões da depressão na qualidade de vida de idosos institucionalizados. *Rev Eletr Acervo Cient.* 2025;25:e20432. doi:10.25248/reac.e20432.2025.
6. Pollo SHL, Assis M. Instituições de longa permanência para idosos – ILPIs: desafios e alternativas no município do Rio de Janeiro. *Rev Bras Geriatr Gerontol.* 2008;11(1):29-43. doi:10.1590/1809-9823.2008.11014.
7. Jacó Chaves L, Gil CA. Concepções de idosos sobre espiritualidade relacionada ao envelhecimento e qualidade de vida. *Cien Saude Colet.* 2015;20(12):3835-43. doi:10.1590/1413-812320152012.19062014.