

# educação

ESPIRITUALIDADE GANHA ESPAÇO EM UNIVERSIDADES E ENTIDADES MÉDICAS

## Força interior

O efeito da espiritualidade na saúde de pacientes em tratamento de enfermidades graves ganha cada vez mais atenção dentro do mundo acadêmico. Médicos e pesquisadores estão constatando que quando a pessoa a usa para lidar com a doença, passa pelo processo com mais facilidade e se cuida com mais determinação. Essa vivência ganhou tanta importância que disciplinas com a temática já são oferecidas em caráter optativo ou eletivo para estudantes da área da saúde, bem como foram criados núcleos de estudos do conteúdo em cursos de pós-graduação. Sociedades e conselhos médicos também abraçaram o assunto.

Na Universidade Federal Fluminense (UFF), no Estado do Rio, existe o Núcleo de Estudos em Saúde, Medicina e Espiritualidade (Nesme), que funciona no Hospital Universitário Antônio Pedro (Huap). A proposta é, mediante a capacitação de estudantes de Medicina, Enfermagem, Serviço Social e Psicologia, proporcionar aos pacientes — por meio de suas vivências espirituais e experiências religiosas particulares — mecanismos que estruturam o ser e reforçam o enfrentamento ou a resignificação do processo de adoecimento. Do ponto de vista pedagógico, os alunos devem perceber a importância da espiritualidade no processo saúde-

-doença, como instrumento de humanização da relação médico-paciente.

Coordenador do Nesme, o urologista José Genilson Alves Ribeiro foi responsável pela implementação da espiritualidade como disciplina optativa na grade da graduação em Medicina, em 2017. As aulas, que na pandemia foram on-line e chegaram a reunir 80 alunos, hoje são presenciais e contam com 20 inscritos, em média. “Começamos só com a Medicina. Mas percebemos que alunos de Enfermagem e Psicologia também estavam interessados e abrimos o leque. Em aula, trabalhamos os sentimentos e a temática da espiritualidade, com a proposta de cuidar do paciente de maneira integral. Não basta tratar o efeito da doença, mas todos os seus aspectos. É importante também que aquele aluno se questione e se encontre no tema”, diz.

O psiquiatra Alexander Moreira de Almeida compartilha dessa opinião. Desde 2006, ele coordena o Núcleo de Pesquisas em Espiritualidade e Saúde (Nupes) do Programa de Pós-Graduação em Saúde da Universidade Federal de Juiz de Fora (MG) e acha fundamental ter médicos e outros profissionais da área da saúde treinados para questionar o paciente sobre sua espiritualidade, entender a importância que isso tem para ele e de que forma ela afeta o modo como lida com a enfermidade.

## CONEXÃO

“Hoje em dia, é uma recomendação entender como a espiritualidade pode ser um recurso para ajudar a pessoa a lidar com os problemas ocasionados pela doença. As associações brasileira e mundial de Psiquiatria, a Sociedade Brasileira de Cardiologia e inúmeras entidades médicas têm diretrizes sobre a importância dessa abordagem. Ela ajuda o paciente a ampliar sua percepção, fazendo-o enxergar os problemas e os desafios sob uma ótica mais abrangente, que transcende a realidade, o mundo físico e materialista em que vivemos. Na maioria das vezes, as pessoas exercem sua espiritualidade dentro de uma prática religiosa, fazendo parte de alguma instituição ou grupo, mas muitos podem ter essa conexão sem participar de nenhuma religião específica”, complementa.

Segundo artigo publicado na *Revista de Estudos em Religião* do curso de Pós-Graduação em Ciência da Religião da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, a espiritualidade pode ser trabalhada por meio da meditação, da autorreflexão, da

conexão com a natureza e de uma atitude positiva perante a vida. É diferente da religião, que implica um sistema de crenças a que o indivíduo adere. Esse sistema pode ser institucionalizado, e a pessoa exercer sua fé em cultos, missas e cerimônias. A espiritualidade é importante para a manutenção desta fé, mas é possível tê-la sem fazer parte de uma comunidade religiosa.

Ribeiro concorda e acrescenta: “A espiritualidade traduz-se em uma busca pessoal para entender questões relacionadas ao sentido da vida, à sua terminalidade e à transcendência, que pode ou não levar ao desenvolvimento de práticas religiosas. Já a religião é um conjunto de rituais, paramentos e hierarquias em que muitas vezes são utilizados símbolos para conexão com a divindade. Ela também facilita o acesso ao sagrado, a Deus”, diferencia.

“Começamos só com a Medicina. Mas percebemos que alunos de Enfermagem e Psicologia também estavam interessados e abrimos o leque. Em aula, trabalhamos os sentimentos e a temática da espiritualidade, com a proposta de cuidar do paciente de maneira integral”

**JOSÉ GENILSON ALVES RIBEIRO,**  
urologista e coordenador do Núcleo de Estudos em Saúde, Medicina e Espiritualidade da Universidade Federal Fluminense

Logo no primeiro período de Medicina (está no segundo agora), Breno Soares Sena, de 18 anos, participou das aulas sobre espiritualidade na UFF e considera que foram relevantes para entender mais sobre a relação médico-paciente. Segundo ele, a grande lição que aprendeu é que “não é sobre ele, o profissional, é sobre quem está sendo cuidado”.

## CONSELHO MÉDICO CRIA GRUPO SOBRE TEMÁTICA

Assim que iniciou sua gestão, em 2018, a então vice-presidente do Conselho Regional de Medicina do Rio de Janeiro (Cremerj), Célia Regina da Silva, solicitou a formação de grupo de trabalho sobre medicina e espiritualidade. A proposta foi aceita por todos os conselheiros e, em setembro de 2023, a entidade promoveu o primeiro evento sobre o assunto. A segunda edição foi em outubro passado. Apesar de não estar mais na gestão, como conselheira Célia continua à frente do grupo de trabalho.

“No ano passado, tivemos apresentações sobre como diversas faculdades de Medicina, entre elas as da UniRio, Uerj e UFRJ, desenvolvem o tema. O auditório lotou. E como o evento foi híbrido [presencial e com transmissão on-line], houve grande número de visualizações em tempo real e a posteriori. Várias faculdades de Medicina no Brasil estão incorporando a espiritualidade em seus currículos, seja como disciplina eletiva ou opcional. Ela ajuda os futuros médicos a reconhecer a dimensão espiritual dos pacientes e a oferecer um atendimento mais completo, empático e ético. De todos os conselhos regionais, fomos pioneiros”, enfatiza a médica.

Para ela, essas iniciativas das universidades refletem um movimento crescente para integrar a espiritualidade à formação médica, promovendo uma abordagem mais holística e humanizada no cuidado com os doentes. Segundo a conselheira, existem diversas ligas no Rio de Janeiro, evidenciando o interesse do jovem futuro médico no tema. Na opinião de Célia, é algo que desempenha um papel significativo tanto no exercício da medicina quanto na formação dos médicos. Ela enumera alguns pontos importantes:

**Humanização do atendimento:** a espiritualidade pode ajudar os médicos a oferecer um atendimento mais humanizado. Ao reconhecer e respeitar as crenças dos pacientes, os profissionais podem fortalecer o vínculo e a confiança, o que é essencial para um tratamento eficaz.

**Equilíbrio e bem-estar:** a espiritualidade contribui para o equilíbrio entre o bem-estar físico, mental e social. Isso é importante tanto para os pacientes quanto para os profissionais de saúde.

**Benefícios para a saúde:** estudos mostram que a espiritualidade pode ter impacto positivo na saúde, melhorando a qualidade de vida e a resposta ao tratamento. Isso se deve, em parte, ao efeito placebo e ao fortalecimento do suporte emocional.

**Autoconhecimento e cuidado de si:** para os médicos, a espiritualidade pode ser uma ferramenta de autoconhecimento e cuidado pessoal, ajudando-os a lidar melhor com o estresse e as demandas da profissão.



## VIDAS TRANSFORMADAS

“Atualmente, há uma desconstrução dessa relação, centrada em determinações médicas unilaterais, já que é desejável que a pessoa que busca atendimento participe ativamente das decisões acerca de seu tratamento. Se a espiritualidade for um fator significativo para ela, isso deve ser respeitado. Ser médico é também enxergar as necessidades singulares de cada um. Se for confortável e importante incluir a espiritualidade no tratamento de determinada pessoa, por que não?”, questiona.

Para Breno, ter uma visão espiritualizada pode fazer com que a pessoa passe pelo processo de

adoecimento e tratamento de maneira mais resiliente. “Em alguns casos, não temos como impedir a evolução de determinadas doenças. Acreditar em algo [além da ciência] trará conforto para o paciente. Aí entra a importância da espiritualidade, para dar um sentido ao processo pelo qual ele está passando”, considera.

A aluna do 4º período de Enfermagem na UFF Rafaella Assis defende que a disciplina dá um diferencial ao profissional de saúde. “Nós passamos a enxergar o paciente com o lado mais humano, e não só com o fisiológico, células e DNA. Essa mudança de percepção é essencial numa situação de piora de um quadro no CTI [Centro de Tratamento

Intensivo]. Aprendemos muito sobre isso. Pensei até na minha experiência e como acreditar em algo [espiritual] influenciou muito a minha mãe quando meu pai estava no CTI. Poucos médicos e integrantes da equipe de enfermagem tocavam no assunto. Foi algo essencial para a minha família. Eu já tinha passado por essa situação, e os professores só confirmaram que é uma abordagem que tem que se ter”, diz.

Quem também teve a vida transformada pela espiritualidade foi a clínica geral Anna Alice Mendes, hoje uma das voluntárias no Nesme. Na década de 1980, a médica trabalhava em posto de saúde e, em um dia atribulado, foi surpreendida por uma senhora que, vendo seu grau de exaustão, fez uma limpeza “energética” e lhe deu um cristal de presente. “Eu fiquei renovada depois daquela ação e passei a prestar mais atenção a essas questões, me dedicando a estudar algumas terapias nesse sentido e me encontrando de fato em uma delas. Como médica, aprendemos — e eu acreditava nisso — a ser responsáveis pelo processo de cura. Após me conectar com a espiritualidade, meu primeiro aprendizado foi que preciso estar bem primeiro para cuidar de alguém. Eu era aquela médica que pulava a hora do almoço, que não tinha tempo para mim. Aprendi também a acreditar que cada ser humano tem, dentro de si, recursos para lidar com a doença e o sofrimento. Não tenho essa responsabilidade. Tenho algum conhecimento que posso colocar à disposição do outro, acompanhar a pessoa nessa caminhada”, diz.

“Hoje em dia, é uma recomendação entender como a espiritualidade pode ser um recurso para ajudar a pessoa a lidar com os problemas ocasionados pela doença”

**ALEXANDER MOREIRA DE ALMEIDA,**  
psiquiatra e coordenador do Núcleo de Pesquisas em Espiritualidade e Saúde da Universidade Federal de Juiz de Fora

Lecionada por profissionais das áreas de Psicologia, Medicina e Arteterapia, a disciplina Medicina e Espiritualidade vai além das salas de aula. No Nesme, pacientes recebem sessões de práticas integrativas (reiki e acupuntura) gratuitamente. As reuniões acontecem todas as quintas-feiras no Huap, das 9h às 12h30. Os participantes assistem a uma palestra com temas voltados para o bem-estar humano e depois recebem atendimentos. No grupo, existem ainda psicólogos que praticam o que chamam de escuta fraterna, um acolhimento que não configura terapia ou acompanhamento psicológico.

## ACOLHIMENTO

“Após a palestra, abrimos para perguntas e comentários e fazemos uma meditação de atenção plena. Depois, compartilhamos um lanche. Essa ação permite o aconchego, o abraço com o terapeuta, tirar uma dúvida, mostrar um exame... Fazemos um questionário de qualidade de vida e de avaliação espiritual. Contamos hoje com 24 pacientes”, descreve o coordenador do núcleo, Genilson Ribeiro.

Um deles é Patrícia Camella, 53 anos, que trata um câncer no peritônio (membrana que reveste a cavidade abdominal), depois de enfrentar um tumor de ovário. Ela frequenta o grupo há seis meses, a convite da anestesista e acupunturista do Nesme, Leila Maria Chaves.

“Eu não era espiritualizada. Algo maior me trouxe para cá. Fico até emocionada; tem sido um remédio para mim. Quando descobri o câncer, não fiquei revoltada nem nada. Mas me senti muito perdida, porque você tem que lidar com a situação. Eu, sozinha, e mãe de dois rapazes. Estava batalhando, fazendo os exames e me tratando, mas sabe quando falta alguma coisa?”, explica Patrícia. “Aí, conheci a doutora Leila. Por mais que eu esteja atribulada, toda semana quero vir, porque tem me ajudado muito. Estava com muito medo, mas, nesse meio-tempo, me senti fortalecida. Fui muito mais forte para a última cirurgia.”

Segundo Alexander Moreira, centenas de estudos mostram os impactos positivos da espiritualidade sobre a saúde. As pesquisas comprovam que maiores níveis de envolvimento espiritual estão associados a menor mortalidade geral, menor mortalidade por suicídio, menores níveis de depressão e recuperação mais rápida de quadros depressivos, menor uso ou abuso de álcool e outras drogas e também melhor qualidade de vida e bem-estar.

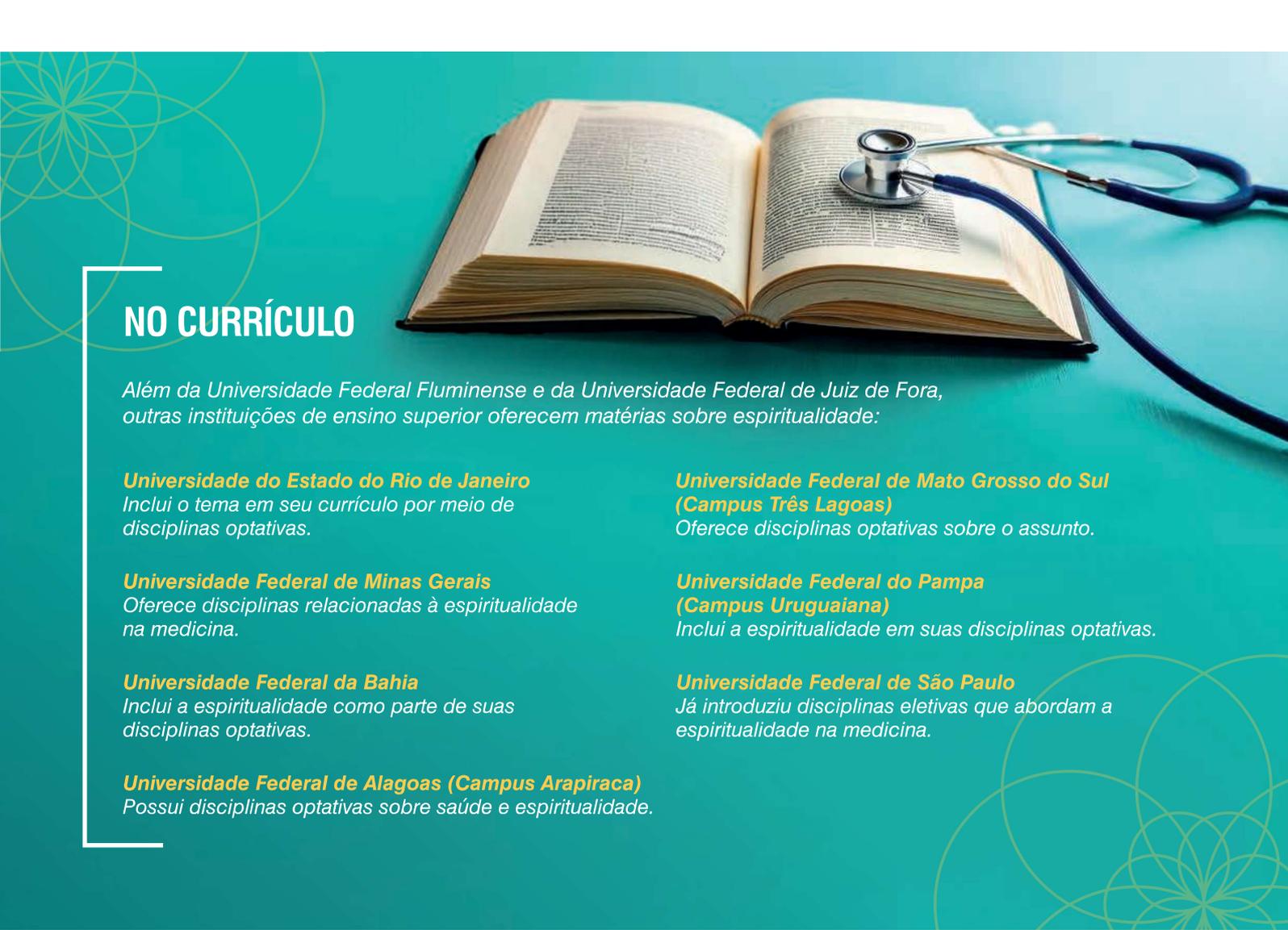


## PARA ENFRENTAR A DOR

*A Sociedade Brasileira de Oncologia Clínica disponibiliza em seu site um guia sobre espiritualidade e tratamentos de câncer. O material foi elaborado por médicos com atividades e conhecimentos relacionados ao tema e por especialistas em oncologia, cuidados paliativos e intensivos, radioterapia e controle da dor. Esse grupo reuniu participantes de diferentes regiões do País, incluindo os estados do Maranhão, Bahia, Rio de Janeiro, São Paulo e Rio Grande do Sul.*

*Os participantes constituíram subgrupos de trabalho de acordo com as divisões presentes no guia. Em uma primeira reunião virtual, eles estabeleceram assuntos principais e demandas relevantes relacionadas à espiritualidade em oncologia. Em seguida, revisaram a literatura e elaboraram materiais específicos com possíveis discussões para ajustes.*

*O material está disponível para download em [https://sboc.org.br/images/posicionamentos\\_img/Art\\_Espiritualidade\\_12.08-2.pdf](https://sboc.org.br/images/posicionamentos_img/Art_Espiritualidade_12.08-2.pdf)*



## NO CURRÍCULO

Além da Universidade Federal Fluminense e da Universidade Federal de Juiz de Fora, outras instituições de ensino superior oferecem matérias sobre espiritualidade:

### **Universidade do Estado do Rio de Janeiro**

Inclui o tema em seu currículo por meio de disciplinas optativas.

### **Universidade Federal de Minas Gerais**

Oferece disciplinas relacionadas à espiritualidade na medicina.

### **Universidade Federal da Bahia**

Inclui a espiritualidade como parte de suas disciplinas optativas.

### **Universidade Federal de Alagoas (Campus Arapiraca)**

Possui disciplinas optativas sobre saúde e espiritualidade.

### **Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (Campus Três Lagoas)**

Oferece disciplinas optativas sobre o assunto.

### **Universidade Federal do Pampa (Campus Uruguaiana)**

Inclui a espiritualidade em suas disciplinas optativas.

### **Universidade Federal de São Paulo**

Já introduziu disciplinas eletivas que abordam a espiritualidade na medicina.

“Nós passamos a enxergar o paciente com o lado mais humano, e não só com o fisiológico, células e DNA. Essa mudança de percepção é essencial numa situação de piora de um quadro no CTI”

**RAFAELLA ASSIS**, aluna do 4º período de Enfermagem na UFF

“No caso de uma pessoa com câncer, é possível abordar todos os aspectos: o biológico — como ela está fisicamente e quais os tratamentos necessários; o psicológico — como ele está lidando com a doença; o social — como é o ambiente em que

convive, o grupo de apoio, a família; e o espiritual, ou seja, como ela enxerga a sua existência e a conexão com o divino. Muitas vezes, práticas espirituais, como a oração, a leitura de textos, a meditação e o envolvimento em tarefas e em grupos religiosos e espirituais, são úteis para esses pacientes.”

O psiquiatra acredita que já tenha supervisionado mais de 60 alunos de iniciação científica, mestrado, doutorado e pós-doutorado. De acordo com Moreira, somando a estudos de outros colegas, certamente mais de 100 pessoas já fizeram pesquisas no Nupes. “Além do próprio núcleo, temos uma pós-graduação em Integração da Espiritualidade na Prática Clínica e outra no formato EAD [educação a distância]. A importância de ter pesquisas sobre a espiritualidade nas universidades é que a ciência, como um todo, precisa estudar todas as experiências do ser humano”, defende. “Crenças espirituais sempre existiram ao longo da história da humanidade, em todas as culturas. Não há uma civilização que não tenha tido, de modo marcante, vivências nesse campo.” ■