

O idoso e a espiritualidade: Considerações para o cuidado holístico de enfermagem

RESUMO | O objetivo é compreender a espiritualidade como estratégia determinante do bem estar do idoso. Foi realizada uma revisão bibliográfica do tipo sistemática, através da metanálise de artigos das bases: LILACS e BDENF. A espiritualidade apresenta-se como fator protetor nas situações vivenciadas pelo idoso, o que ressalta a importância dessa abordagem no cuidado holístico de enfermagem.
Palavras-chaves: saúde da pessoa idosa; cuidado holístico; enfermagem.

ABSTRACT | The objective is to understand spirituality as a determinant strategy for the well-being of the elderly. A bibliographic review of the systematic type was carried out through the meta-analysis of articles from the databases: LILACS and BDENF. Spirituality presents itself as a protective factor in the situations experienced by the elderly, which highlights the importance of this approach in holistic nursing care.

Keywords: elderly health; holistic care; nursing.

RESUMEN | El objetivo es comprender la espiritualidad como estrategia determinante del bienestar del anciano. Se realizó una revisión bibliográfica del tipo sistemática, a través del metanálisis de artículos de las bases: LILACS y BDENF. La espiritualidad se presenta como factor protector en las situaciones vivenciadas por el anciano, lo que resalta la importancia de ese abordaje en el cuidado holístico de enfermería.

Palabras claves: salud de la persona mayor; cuidado holístico; enfermería.

Ester Lorrany dos Santos

Graduanda em Enfermagem pela Faculdade Maurício de Nassau (PB) - Grupo Ser Educacional.

Recebido em: 29/07/2018
Aprovado em: 30/07/2018

Introdução

O Brasil apresenta na atualidade um processo de transição demográfica e epidemiológica, e há indícios que o número de idosos triplicará no país até 2050 (OMS). O país de todos, se tornando no país de idosos. Doenças crônicas, artrite, cardiopatias, doenças degenerativas, debilidades cognitivas, doenças psíquicas e outras patologias típicas da senilidade são o alvo das políticas de saúde, devido os gastos exorbitantes no tratamento desses males¹. O direito da pessoa idosa à vida e à saúde é referido no Estatuto do Idoso², e é inquestionável quanto a sua relevância, o que demanda maior qualificação profissional na área para os profissionais que trabalham no cuidado dessas pessoas.

O envelhecimento é um processo não-patológico que faz parte da vida dos seres humanos. Envolve as diferentes esferas que constituem o homem: biológica, psicológica, social e espiritual. Nessa etapa da vida

Teresa Cristina Rosa Romero Navarino

Enfermeira. Mestra em Enfermagem pelo Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba (UFPB), Especialista em Enfermagem em Terapia.

é normal que a pessoa confronte-se com questionamentos, conflitos, interrogações à respeito do sentido da vida, e dos eventos que se dão. Aliado a isso, observa-se a intensificação da prática religiosa e da espiritualidade pelas pessoas idosas³.

A religiosidade trata-se de comportamentos e atitudes relacionados à uma determinada crença, organizados por alguma instituição religiosa (igreja), que interferem primordialmente no domínio da vida com o intuito que o indivíduo alcance ou exerça a espiritualidade⁴. A espiritualidade por outro lado, é a principal meta da religião. "É aquilo que dá às pessoas sentido e propósito na vida"⁵. "É o estado de ser que se chega por meio da devoção, da religiosidade e da observância"⁴. A espiritualidade é o estado de ser e estar bem consigo mesmo, com os outros, e com o ambiente, através do relacionamento com o Divino. A religião é um meio de chegar a esse estado.

Esse estudo justifica-se pela relevância

Marta Miriam Lopes Costa

Enfermeira. Mestra em Enfermagem e Doutora em Ciências da Saúde pela Universidade Federal da Paraíba. Professora Titular da Universidade Federal da Paraíba, na graduação e Pós graduação em Enfermagem.

cia e atualidade do tema na comunidade científica, dada pelo processo de transição demográfica mundial, o que ocasiona a urgência no atendimento e discussão de novas questões, provocando a adaptação da conjuntura assistencial da atualidade. A partir disso, o objetivo é compreender a espiritualidade como estratégia determinante do bem estar do idoso, a fim de ressaltar a importância dessa abordagem no cuidado holístico de enfermagem.

Metódos

Revisão sistemática realizada a partir da meta-análise de estudos originais, que tiveram idosos como participantes do público estudado, e que correlacionaram o tema espiritualidade com a saúde do idoso. Foi efetuada com levantamento de dados nas bases LILACS e BDENF, através da Biblioteca Virtual de Saúde. Foi utilizado como descritores "espiritualidade and idoso", e os seguintes critérios: ser artigo, com o

texto completo disponível, com o limite etário idoso e com data de publicação 2011-2016. Os artigos repetidos e que desviavam-se da temática foram excluídos. A pesquisa resultou em 7 artigos.

Resultados

De acordo com a relevância das informações, para a caracterização dos estudos selecionados, pode-se considerar: título do artigo, objetivo da pesquisa, ano de publicação e resultados.

Discussão

O envelhecimento é a fase da vida em que as pessoas confrontam com questões relacionadas à saúde, limitações, perdas, e mudanças biopsicossociais. Os homens

sentem uma baixa da masculinidade, o impacto da invalidez e da aposentadoria. As mulheres, esgotadas com o estresse psicológico acumulado de anos de casamento, criação dos filhos, trabalho, e alterações hormonais⁶. Envelhecer acarreta situações de perda e sofrimento, e a espiritualidade apresenta-se como um fator de proteção, através do aumento da resiliência e da atribuição de significado à vida e aos acontecimentos dela. A espiritualidade está entre as estratégias que os idosos usam em busca de apoio nas situações difíceis do seu cotidiano. Um estudo realizado com 77 idosos institucionalizados de duas instituições de longa permanência para idosos (ILPI) revelou que quanto maior a faixa etária, maior a frequência e intensidade das práticas re-

ligiosas e espirituais realizadas por essas pessoas⁷. Os mesmos idosos, afirmam que se sentem confortáveis ao buscar apoio na espiritualidade, como forma de prevenção para possíveis consequências emocionais negativas, que a institucionalização pode mediar. É comum a institucionalização de idosos como forma de evitar conflitos familiares gerados pela dependência do idoso, sem contar no tempo e finanças demandado para o cuidado dessas pessoas. As mulheres que antes eram responsáveis pelos doentes e incapacitados, hoje estão ocupadas com o mercado de trabalho ou não expressam o desejo de cuidado. As famílias acabam tendo por opção internar os idosos nessas instituições, com a intenção de oferecer-lhe um cuidado digno, e colo-

Tabela 1. Descrição dos artigos.

Título do artigo	Objetivo	Ano	Resultados
Alcoolismo no contexto familiar: estratégias de enfrentamento das idosas usuárias da terapia comunitária.	Identificar estratégias utilizadas por mulheres idosas no enfrentamento ao alcoolismo na família e os depoimentos espontâneos expressados no momento final das rodas de terapia comunitária.	2012	A espiritualidade foi apresentada como uma das estratégias de enfrentamento utilizada pelas idosas.
Luto, religiosidade e espiritualidade: um estudo clínico-qualitativo com viúvas idosas.	Compreender os significados da vivência do luto em viúvas idosas e sua relação com a religiosidade e espiritualidade.	2012	A espiritualidade mostrou-se como um forte elemento construtor de significado orientado para a restauração do luto.
Relationship between mental health and spiritual wellbeing among hemodialysis patients: a correlation study.	Avaliar a relação entre saúde mental e bem-estar espiritual dos pacientes em hemodiálise.	2014	O bem-estar espiritual foi o mais forte preditor de saúde mental, sofrimento psíquico, distúrbios do sono e queixas psicossomáticas.
A experiência da doença e do tratamento para a pessoa com hipertensão arterial sistêmica: um estudo etnográfico.	Interpretar os significados da experiência da doença e do tratamento entre pessoas com hipertensão arterial sistêmica.	2013	A espiritualidade como objeto de esperança e apoio social, para o enfrentamento da doença e tratamento.
A religiosidade no processo de viver envelhecendo.	Identificar como a religiosidade e as práticas espirituais são vivenciadas nas diferentes faixas etárias durante o processo de envelhecimento.	2013	A religiosidade e espiritualidade é um recurso valioso no enfrentamento das crises da vida cotidiana e um fator que interfere de maneira positiva na saúde física e mental, principalmente das pessoas idosas.
Coping religioso/espiritual de idosos institucionalizados.	Avaliar o coping religioso/espiritual de idosos residentes em duas instituições de longa permanência; e correlacioná-lo com características sociodemográficas de saúde.	2012	Os idosos com faixa etária mais elevada, sem escolaridade e com religião apresentaram estratégias de enfrentamento de forma elevada e positiva para as adversidades vivenciadas no processo de institucionalização.
Investigating the role played by social support in the association older adults: results from the São Paulo Ageing & Health Study (SPAH).	Analisar a associação entre dimensões de religiosidade e prevalência de transtornos mentais comuns entre idosos e testar o suporte social como mecanismo de mediação desta suposta associação.	2011	A amostra apresentou altos níveis de religiosidade, forte associação entre frequência religiosa e menor prevalência de transtornos mentais comuns, que não foi explicada pelo suporte social.

cá-lo em boas mãos. Por outro lado, a institucionalização acaba acarretando outros fatores estressantes para o idoso. Os asilos deixam o idoso separado da sociedade, e com sua vida administrada pela instituição. O tratamento coletivo é promotor da perda da autonomia. Além disso, acarreta a perda da liberdade, a distância dos filhos e parentes, a ansiedade quanto ao tratamento recebido na instituição, e a solidão⁸. Nessa situação, a espiritualidade demonstra-se como principal arma na busca de alívio do sofrimento. Além disso, promove o fortalecimento da autoestima, e do sentimento de cidadania. Dá sentido à vida e vontade de viver. Favorece o bem-estar de si para consigo, com os outros, através do relacionamento com o transcendente. Em um estudo realizado com idosos participantes de um programa de educação permanente à respeito do significado da expressão “boa velhice”, os envolvidos a descreveram como: “Estar bem com Deus, envelhecer seguindo os mandamentos de Deus”⁹. Isso reforça a ligação espiritualidade-idoso, como objeto determinante no bem-estar dessas pessoas na fase de envelhecimento.

Se referindo ao idoso em seu contexto familiar podemos elencar outros coeficientes que também reforçam essa relação. A família é a célula máter do indivíduo e tem o dever de satisfazer as necessidades de seus membros, ao lhe propiciar amor, afeto, segurança, ensinamentos e comunicação¹⁰. Entretanto, vivencia-se na sociedade atual a problemática de custo moral: a desvalorização do núcleo familiar. O desarranjo

familiar tem gerado famílias doentes. Irritabilidade, agressividade, angústias, frustrações, falta de comunicação são comportamentos pouco saudáveis para o lar, e geram conflitos e acaba proporcionando a falta de união dos membros, o isolamento. Nesse contexto, a espiritualidade é vivenciada como protagonista na mudança do rumo de tomada de decisões do indivíduos. Nessas circunstâncias, o idoso procura apoiar-se na confiança de que Deus resolverá os

"A espiritualidade age como estratégia eficaz no enfrentamento das crises existenciais e de convivência, vivenciadas pelas pessoas idosas"

conflitos de sua vida, e trará paz para sua família. Os problemas de vivência têm forte influência no bem-estar dos idosos que geralmente estão em busca da convivência pacífica com sua família.

As práticas religiosas que estimulam a espiritualidade são indispensáveis na vida do idoso por lhes proporcionar apoio social, bem-estar físico e mental, e recontato consigo mesmo. Com o aumento das debilidades físicas que o impedem de fre-

quentar instituições religiosas com certa frequência, o idoso passa a exercer a espiritualidade intrínseca, através de práticas religiosas individuais em sua própria casa³. A prática religiosa mais comum é a oração. “A oração liga os seres terrenos com a espiritualidade maior, com Deus, com o universo contribuindo para fortalecer as pessoas, trazendo benefícios para a melhoria da saúde...”³. Um estudo realizado com diferentes faixas etárias resultou que as pessoas com 60 anos ou mais costumam orar várias vezes por dia, ritualmente. Os motivos giram em torno da melhoria da saúde e da remissão dos pecados. A posição no momento do ato demonstra o nível de devoção dessas pessoas que geralmente oram sentadas, em pé ou ajoelhadas, e com as mãos postas. O simples ato de orar provoca o desvio do enfoque da mente dos problemas e tensões, gerando o alívio do estresse. A espiritualidade age como estratégia eficaz no enfrentamento das crises existenciais e de convivência, vivenciadas pelas pessoas idosas.

Conclusão

Os princípios da espiritualidade apresentam-se com grande relevância na saúde do idoso, visto que conferem sentido à vida e bem-estar a essas pessoas. Essa informação contribui para a consideração da importância dessa abordagem no cuidado a esses pacientes. Sugere-se a aplicação de estudos voltados para a compreensão dos benefícios da espiritualidade no contexto de doenças crônico-degenerativas. 🐦

Referências

1. Camacho ACLE. A gerontologia e a interdisciplinaridade: aspectos relevantes para a enfermagem. Rio de Janeiro, RJ: Rev Latino-am enfermagem, 2002.
2. Brasil. Lei n. 10.741, de 1 de outubro de 2003. Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/L10.421.htm, Brasília.
3. Zenevitz L, Moriguchi Y, Madureira VSF. A religiosidade no processo de viver envelhecendo. São Paulo, SP: Rev Esc Enferm USP, 2012.
4. Levin J. Deus, fé e saúde: explorando a conexão espiritualidade-cura. 1º ed. São Paulo, SP: Cultrix, 2003.
5. Gonçalves MAS, Santos MA, Pillon SC. Uso de álcool e/ou drogas: avaliação dos aspectos da espiritualidade e religiosos. São Carlos, SP: SMAD, 2014.
6. Martínez BB, Custódio RP. Relationship between mental health and spiritual wellbeing among hemodialysis patients: a correlation study. Pouso Alegre, MG: São Paulo Med J, 2014.
7. Vitorino LM, Vianna LAC. Coping religioso/espiritual de idosos institucionalizados. São Paulo, SP: Acta Paul Enferm, 2012.
8. Mello JG, et al. Subjetividade e institucionalização no discurso de idosas. São Paulo, SP: Distúrb Comun, 2013.
9. Ordóñez TN, Chachioni M. A boa velhice entre os participantes de um programa de educação permanente. São Paulo, SP: Revista temática Kairós Gerontologia, 2012.
10. Filha MOF, et al. Alcoolismo no contexto familiar: estratégias de enfrentamento das idosas usuárias da terapia comunitária. João Pessoa, PB: Rev Rene, 2012.