

**INTRODUÇÃO**

Entender o processo de envelhecimento é necessário, já que ocorre de forma espontânea, intransferível e subjetiva. Desse modo, saber envelhecer, buscando o autoconhecimento e a espiritualidade apresentam-se como notórias ferramentas no enfretamento dos desafios desse processo natural.

**OBJETIVO**

Analisar a atuação da espiritualidade na qualidade de vida da população idosa e identificar como essa vertente facilita a vivência do envelhecimento. Além disso, buscar refletir sobre a influência do estilo de vida do indivíduo nesse processo.

**MÉTODO**

O presente estudo é uma revisão bibliográfica quantitativa realizada por meio da busca nas bases de dados Scielo, PubMed e Google Acadêmico. Utilizou-se as palavras-chaves: envelhecimento, espiritualidade e idoso. Foram selecionados artigos dos últimos 10 anos, publicados em inglês e português. Sendo excluídos artigos que não enfocavam na relação direta entre a espiritualidade e o envelhecimento. Constituindo como análise final 6 artigos, que foram filtrados, lidos e examinados criteriosamente.

**RESULTADOS**:

A espiritualidade ao longo do envelhecimento significa uma experiência não só positiva, mas necessária. Isso porque, devido aos contextos de mortes de pessoas próximas ou perda própria saúde associada à sensação de vulnerabilidade vivenciados pelo idosos, aspectos relacionados à espiritualidade são utilizados como amparo no enfrentamento dessas adversidades. Assim, as pessoas inseridas nesse meio conseguem atribuir maior significado às suas vidas, possuem até dez vezes mais chances de terem um envelhecimento bem-sucedido e declararam-se “muito satisfeitas” com a vida. Ademais, pelo fato das práticas religiosas serem, em grande parte, realizadas em grupo, configuram-se como uma rede de suporte social, gerando bem-estar psicológico e qualidade de vida na velhice.

**CONCLUSÃO**

Depreende-se que a espiritualidade tem um papel relevante na vida dos idosos, evidenciado resultados positivos no suporte emocional e social desses. Ressalta-se, porém, a necessidade de formação e de estudo apropriado dos profissionais de saúde para uma adequada integração dessa dimensão do cuidado.

Palavras-chave:

*Espiritualidade. Envelhecimento Populacional. Idoso. Atenção Integral ao Idoso. Geriatria.*

Filiações:

1Discente, Centro Universitário (Uniatenas). Paracatu, MG.

2Médico, Geriatra, Hospital Universitário Clemente Faria. Montes Claro, MG.

**Apoio:** [**www.editorapasteur.com.br**](http://www.editorapasteur.com.br) **- @editorapasteur**

Autores: Mariana Marcelino Belarmino1, Monique Sabrina Soares Cardoso¹, Luana Silva Cyrino¹, Isabela Rodrigues Bezerra¹, Thomaz de Figueiredo Braga Colares2.

A importância da Espiritualidade no Envelhecimento