**C**

**CAPÍTULO 01**

**IMPACTO E IMPORTÂNCIA DA ESPIRITUALIDADE SOBRE O PROCESSO DE MORTE, LUTO E SAÚDE MENTAL NO CONTEXTO DA PANDEMIA DA COVID-19**

Mayara A C Silva1, Fernando L R F N Alves¹, Isabela I Forny¹, Samira Y Kamiyama, Ágata M H Nadaf¹, Vitória C E Castrillon, Aline C Corezzolla², Thaianne C Sérvio3

1 Discente de Medicina, Universidade do Estado de Mato Grosso, Cáceres/MT.

2 Discente de Enfermagem, Universidade do Estado de Mato Grosso, Cáceres/MT.

3 Docente do Departamento de Medicina, Faculdade de Ciências da Saúde, Cáceres/MT.

**RESUMO**

INTRODUÇÃO: A espiritualidade é definida como uma intenção de buscar um significado para a vida de conceitos que extrapolam o tangível. A OMS declarou, em março de 2020, a infecção por coronavírus como pandemia, o que alterou o estilo de vida da sociedade devido às medidas de biossegurança impostas. OBJETIVO: Compreender o impacto e a importância da espiritualidade sobre o processo de morte, luto e saúde mental que acomete a sociedade devido a pandemia da COVID-19. MÉTODOS: Realizou-se uma revisão narrativa, de natureza qualitativa utilizando os descritores “Luto”, “Saúde mental” e "Espiritualidade", combinados com “Infecções por Coronavírus”, “COVID-19”, e “SARS-CoV-2”. As publicações foram apuradas seguindo a análise de Minayo. RESULTADOS E DISCUSSÃO: A espiritualidade e a religiosidade são fatores importantes para o indivíduo, visto que ambas oferecem suporte e significado para questões da existência humana. No cenário pandêmico atual, nota-se uma importante relação com a saúde mental não só dos pacientes com a COVID-19 como também dos familiares e profissionais de saúde. A partir disso, vê-se incluído o enfrentamento do luto como um dos focos da espiritualidade, principalmente devido às dificuldades em proporcionar um ritual de despedida adequado aos falecidos infectados pelo coronavírus. CONCLUSÃO: Dessa forma, a abordagem da espiritualidade como estratégia em saúde na atual situação pandêmica é essencial, a fim de estimular a resiliência e ressignificação de todos os envolvidos.

*Palavras-chave:Espiritualidade; Infecções por coronavirus; Luto.*

**1. INTRODUÇÃO**

A espiritualidade é a intenção de buscar um significado para a vida por meio de conceitos que extrapolam o tangível, um sentido de conexão com algo além de si próprio, que pode ou não estar atrelado a uma religião. Ela tende a estar vinculada à religiosidade, uma vez que ambas são consideradas pontos de resposta e conforto para os variados momentos da vida. Apesar da correlação, tais conceitos não são sinônimos, visto que a religiosidade se configura como o envolvimento sistemático de culto e doutrina compartilhada por um grupo de pessoas (FARINASSO & LABATE, 2012).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) caracteriza, em março de 2020, a doença da COVID-19 como pandemia. A pandemia alterou o estilo de vida da sociedade, que foi obrigada a seguir um distanciamento social, isso impactou a saúde das pessoas de diversas formas, como: mudança da rotina, redução das relações sociais, medo, dificuldade financeira e principalmente a saúde mental que pode gerar reações de ordem física, emocional e cognitiva. Portanto, sentimentos como insegurança, angústia e medo, emergem com a possibilidade de contágio/infecção e de mortes provocadas pelo novo coronavírus **(**AQUINO *et al.,* 2020).

Assim, a pergunta norteadora foi: Quais os impactos causados pela pandemia da Covid-19 sobre a saúde mental e como a espiritualidade se relaciona nesse contexto? O objetivo deste estudo é compreender o impacto e a importância da espiritualidade sobre o processo de morte, luto e saúde mental causados pela pandemia do Covid 19.

**2. MÉTODO**

Realizou-se uma revisão narrativa, de natureza qualitativa, que oportuniza congeminar o conhecimento, tipificando as produções sobre determinado assunto e evidenciando o estado da arte. (ROTHER, 2007).
 Esta revisão foi realizada entre os meses de abril e maio de 2020, nas bases de dados Google Acadêmico e Scientific Eletronic Library Online (SciELO) e sítio eletrônico do Ministério da Saúde do Brasil e foram utilizados os descritores: “Luto”, “Saúde mental” e "Espiritualidade", combinados com “Infecções por Coronavírus”, “COVID-19”, e “SARS-CoV-2”.
 Incluiu-se no estudo artigos originais, de revisão de literatura e artigos de opinião nos idiomas inglês e português. Após leitura integral dos documentos, excluiu-se 3 artigos que não apresentavam o texto na íntegra disponível online.

**3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Espiritualidade é a intenção de buscar um significado para a vida, dando sentido de conexão com algo além de si próprio, que pode ou não estar associado a uma religião. Tende a ser vinculada com a religiosidade, já que ambas são consideradas pontos de resposta e conforto para os variados momentos da vida. Atualmente, existe uma vasta quantidade de artigos científicos que demonstram uma relação entre espiritualidade/religião e saúde a qual é estatisticamente válida e possivelmente causal (FARINASSO & LABATE, 2012). Dessa forma, os profissionais de saúde podem utilizar, dessas indicações científicas, o benefício da espiritualidade no contexto de distanciamento social e o alto número de vítimas da COVID-19.
 A saúde mental pode configurar-se como um estado de bem estar da mente, buscando meios de enfrentar os impasses do cotidiano que auxiliem no processo de mudanças e subjetividade. Dessa forma, a espiritualidade/religiosidade servem de apoio para sanidade mental, pois despertam no indivíduo convicções transcendentais que influenciam no estilo de vida, no apoio social, na crença e nas formas de se expressar. Entretanto, apesar da espiritualidade ser um suporte psicológico, o contato com processos estressores pode trazer resultados negativos para a saúde psíquica do paciente em algumas situações, visto que pode gerar uma quebra da integração interna. Portanto, a boa aplicabilidade da relação da espiritualidade com a saúde mental depende da forma que o indivíduo recebe e interpreta tal experiência em seu contexto de vida (OLIVEIRA, 2012).
 A realidade pandêmica resulta na disseminação do medo e consequente diminuição do sistema imunológico das pessoas, devido à exposição frequente a estímulos negativos como: isolamento social, incertezas relacionadas ao novo coronavírus e noticiários preocupantes. Tais estressores podem ser somados aos acometimentos prévios individuais, como ansiedade, depressão e sedentarismo que levam a uma perda significativa da qualidade de vida (SAMPAIO *et al*, 2020).

A partir disso, pode-se visualizar o papel da espiritualidade para ressignificar as atitudes e os comportamentos diante de tal situação única que é a infecção pelo Sars-Cov-2. Através da prática espiritual (fortalecendo as crenças benéficas), dos exercícios físicos, das práticas meditativas e das técnicas de relaxamento e respiração, torna-se possível combater os distúrbios psicossomáticos e a ansiedade, resultando na resiliência em como proceder diante do momento pandêmico não só por parte da população em geral, mas também a partir dos profissionais de saúde, muito desgastados pelo cenário (OLIVEIRA, 2012).

Paralelamente, o luto é um processo complexo e heterogêneo que pode ser definido como uma constelação de reações e comportamentos desencadeados pelo rompimento de um vínculo existente entre duas ou mais pessoas. Diante disso, a espiritualidade e a religiosidade surgem como ferramentas para facilitar o enfrentamento do luto. Elas auxiliam na atribuição de significados às fases de vida, doença e morte, permitindo um modo de lidar positivo frente à terminalidade (FARINASSO & LABATE, 2012).
 A necessidade de significado é considerada uma condição essencial à vida, assim, um ponto a ser destacado é como o conceito atribuído para o além da vida. Isso deve-se à perspectiva de que a morte costuma representar uma transição para um lugar pacífico ou divino que não tenha sofrimento, oportunizando conforto diante da situação, pois valida-se como uma explicação para aceitar a perda de forma satisfatória (FARINASSO & LABATE, 2012; SAMPAIO *et al*, 2020) .

Nesse contexto, a espiritualidade atua como uma resposta ao sofrimento, ela é utilizada para a promoção de ressignificação frente às vivências relacionadas à consciência da finitude da vida e também da morte (SAMPAIO *et al*, 2020). No contexto do adoecimento, antes mesmo que sobrevenha a morte, já é instaurado uma separação dolorosa entre o doente e seus familiares, principalmente pela interdição das visitas familiares e pelos distanciamentos sociais. A não preparação para a morte e a não realização de uma despedida são fatores de risco para o desenvolvimento de um luto complicado, o que torna o processo ainda mais difícil, tornando a espiritualidade como forma de enfrentamento do luto ainda mais necessária (FARINASSO & LABATE, 2012).

**4. CONCLUSÃO**

As diversas perdas que emergem com a instauração da pandemia pelo SARS-COV2, como as advindas das restrições sociais e da exposição ao adoecimento e morte, traz à população um processo de enlutamento coletivo. Nesse contexto, o rompimento inesperado de vínculos, seja por distanciamento ou pela morte resulta no comprometimento mental e físico da população, podendo evoluir para um deterioração biopsicossocial. Dessa forma, a espiritualidade tem se mostrado uma efetiva estratégia integrativa em saúde, pois ela é vista como uma ferramenta de busca pelo sentido da vida, uma vez que ela atua na ressignificação das experiências e fornece amparo sócio emocional diante de contextos estressantes.

**5. REFERÊNCIAS**

AQUINO, Estela M. L. *et al.* **Medidas de distanciamento social no controle da pandemia de COVID-19**: potenciais impactos e desafios no Brasil. Ciência & Saúde Coletiva [online]. v. 25, suppl 1 [Acessado 7 Maio 2021] , pp. 2423-2446. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.10502020>. ISSN 1678-4561. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.10502020>.

FARINASSO, A. L. da C., & Labate, R. C. (2012). **Luto, religiosidade e espiritualidade: um estudo clínico-qualitativo com viúvas idosas.** *Revista Eletrônica De Enfermagem*, *14*(3), 588–95. <https://doi.org/10.5216/ree.v14i3.14453> . Acesso em 06 de Maio de 2021.

OLIVEIRA, Márcia Regina de; JUNGES, José Roque. **Saúde mental e espiritualidade / religiosidade: a visão de psicólogos**. Estud. psicol. (Natal) , Natal, v. 17, n. 3, pág. 469-476, dezembro de 2012. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\_arttext&pid=S1413-294X2012000300016&lng=en&nrm=iso>. acesso em 14 de maio de 2021. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-294X2012000300016>.

ROTHER, Edna Terezinha. **Revisão sistemática X revisão narrativa.** Acta Paulista de Enfermagem [online]. 2007, v. 20, n. 2 [Acessado 6 Abril 2021] , pp. v-vi. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-21002007000200001>. Epub 17 Jul 2007. ISSN 1982-0194. <https://doi.org/10.1590/S0103-21002007000200001>.

SAMPAIO, J.F.S. *et al.* **Reflexões acerca da espiritualidade e saúde em tempos de pandemia do coronavírus.** Universidade Federal de Mato Grosso, 2020. Disponível em: <https://evento.ufmt.br/download/sub_b44924ddeb07815c19fea47bf70d7a6b.pdf>