

# FÉ COMO RECURSO TERAPÊUTICO: CONTRIBUIÇÕES DA ESPIRITUALIDADE PARA O CUIDADO EMOCIONAL E O FORTALECIMENTO DA RESILIÊNCIA FAMILIAR EM SITUAÇÕES DE CRISE

**Yara Azevedo de Matos Belo**

Monitor Voluntário - Psicologia

[yara.belo@aluno.unifametro.edu.br](mailto:yara.belo@aluno.unifametro.edu.br)

**Teresa Glaucia Gurgel Gabriele**

Docente Orientadora de Iniciação Científica – Psicologia

[teresa.costa@professor.unifametro.edu.br](mailto:teresa.costa@professor.unifametro.edu.br)

**Área Temática:** Ensino, Pesquisa e Extensão em Educação

**Área de Conhecimento:** Ciências da Saúde

**Encontro Científico:** XIII Encontro de Iniciação à Pesquisa

**Introdução:** Situações de crises, como doenças, perdas ou desafios familiares intensos, podem causar intenso sofrimento emocional e afetar de forma significativa a dinâmica e o equilíbrio das famílias. Diante desse cenário, a fé e espiritualidade, quando utilizadas de modo adaptativo, podem se mostrar importantes aliadas por oferecer suporte emocional, social e motivação, promovendo estilos de vida mais saudáveis e fortalecendo a resiliência em meio às adversidades. Crer em algo maior, manter práticas espirituais, podem auxiliar no enfrentamento e na busca por novos significados contribuindo para a solidez da resiliência familiar. Diante disso, faz-se relevante ampliar o olhar da psicologia para dimensões subjetivas e espirituais que constituem o sujeito e influenciam diretamente em seu bem-estar psíquico. **Objetivo:** Analisar como a fé e a espiritualidade podem atuar como recursos terapêuticos no cuidado emocional e no fortalecimento da resiliência familiar em contextos de crise. **Metodologia:** Pesquisa bibliográfica qualitativa, realizada nas bases de dados Pepsic e Scielo. Para a busca utilizou-se descritores como: “espiritualidade”, “coping religioso”, “resiliência familiar”, “saúde mental” combinados com operadores booleanos (and) para refinar resultados. Foram critérios de inclusão: artigos completos, em português, no período de 2010 a 2024. Foram excluídos: teses, dissertações, textos em língua estrangeira ou que não contivessem os termos da busca no título, resumo ou palavras-chave. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão foram selecionados 4 artigos que compuseram o corpus de análise. **Resultados e Discussão:** A análise

dos estudos selecionados, mostram que a fé e a espiritualidade desempenham um significativo papel no enfrentamento de situações de crises, especialmente em contextos familiares. Para lidar com o sofrimento as famílias buscam atribuir um significado a ele, se constituindo a partir de experiências interacionais entre cada membro e seu contexto sociocultural, destacando-se a espiritualidade como principal busca de suporte e fortalecedor da resiliência. A literatura demonstra que em situações de adoecimento, por exemplo, famílias buscam a espiritualidade como uma forma de enfrentamento e de suporte emocional, apresentando-se nesses contextos como condutora de comportamentos dos familiares em busca da adaptação e ajustamentos em meio as crises. Essa capacidade de atribuir sentido a adversidade é um dos pilares da resiliência, especialmente quando compartilhada no ambiente familiar. Observou-se, nos estudos, evidências de que se utilizada de modo adaptativo, a fé e a espiritualidade implicam em melhores resultados na saúde mental do sujeito, gerando firmeza e adaptação a situações difíceis de vida, autoconfiança, perdão, e fortalecimento dos vínculos familiares. Por outro lado, dependendo do tipo e uso das crenças religiosas, podem gerar culpa, dúvida, ansiedade e depressão por aumento da autocrítica, reforçando a importância de analisar-se as variáveis religiosidade e espiritualidade no processo de resiliência e de proteção à saúde. **Considerações finais:** Diante da análise, percebeu-se que a espiritualidade é percebida e vivenciada de forma distinta para cada pessoa, entendida como uma vivência subjetiva que conecta o indivíduo a algo maior e não necessariamente está ligada a uma religião específica, mas, sim, ao modo que o sujeito procura viver. Ao promover acolhimento, ressignificação e fortalecimento de vínculos familiares, observou-se que a espiritualidade contribui diretamente para o desenvolvimento da resiliência familiar. Reconhecer essa dimensão subjetiva é essencial para uma prática psicológica mais humanizada, que considere o ser humano em sua totalidade, como sujeito biopsicossocial e espiritual.

**Palavras-chave:** 1. Resiliência Familiar; 2. Espiritualidade; 3. Cuidado Emocional.

### Referências:

- BARBOSA, Roberta Maria de Melo et al. A espiritualidade como estratégia de enfrentamento para familiares de pacientes adultos em cuidados paliativos. **Rev. SBPH**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 1, p. 165-182, jun. 2017. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1516-08582017000100010&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582017000100010&lng=pt&nrm=iso)>. acessos em 17 set. 2025.
- Melo, A. P. L. de., Lyra, T. M., Barbosa, J. M. V., & Araújo, T. V. B. de. (2023). Síndrome congênita do zika e impactos para as famílias: uma revisão integrativa. *Ciência & Saúde*

*Coletiva*, 28(5), 1425–1441. <https://doi.org/10.1590/1413-81232023285.14852022>

MONTEIRO, Daiane Daitx et al. Espiritualidade / religiosidade e saúde mental no brasil: uma revisão. **Bol. - Acad. Paul. Psicol.**, São Paulo, v. 40, n. 98, p. 129-139, jun. 2020. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1415-711X2020000100014&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-711X2020000100014&lng=pt&nrm=iso)>. acessos em 17 set. 2025.

FOCH, Gisele Fernandes de Lima; SILVA, Andressa Melina Becker da; ENUMO, Sônia Regina Fiorim. Enfrentamento religioso-espiritual de mães com bebê em Unidade de Terapia Intensiva Neonatal. **Temas psicol.**, Ribeirão Preto, v. 24, n. 4, p. 1193-1203, dez. 2016. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-389X2016000400001&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2016000400001&lng=pt&nrm=iso)>. acessos em 17 set. 2025. <https://doi.org/10.9788/TP2016.4-01>.