

UNIVERSIDADE SANTO AMARO

Curso de Psicologia

**Elisangela Dias dos Santos
Paula C. De Jesus Rocumback**

**A ESPIRITUALIDADE NA SAÚDE MENTAL E A PANDEMIA DA
COVID-19: REVISÃO DE LITERATURA NACIONAL**

**São Paulo
2021**

**Elisangela Dias dos Santos
Paula C. de Jesus Rocumback**

**A ESPIRITUALIDADE NA SAÚDE MENTAL E A PANDEMIA DA
COVID-19: REVISÃO DE LITERATURA NACIONAL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Psicologia da Universidade Santo Amaro - UNISA, como requisito parcial para a obtenção do título bacharel em Psicologia.
Orientadora Prof^a. Dra Silvia Pucci.

**São Paulo
2021**

S236e Santos, Elisangela Dias dos

Espiritualidade na saúde mental e a pandemia da
COVI-19: umarevisão de literatura nacional. /
Elisangela Dias dos Santos, Paula Cristina de Jesus
Rocumback. – São Paulo, 2021.

42 f.: il.

Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em
Psicologia) -Universidade Santo Amaro, 2021.

Orientador(a): Prof^a Dr^a Silvia Helena Modenesi Pucci

1.Espiritualidade. 2. Saúde mental. 3. COVID-19. I.

Elaborada por Maria Lucélia S. Miranda - CRB 8 / 7717

RESUMO

A espiritualidade vem ganhando enfoque nas pesquisas em relação à saúde mental. Objetivo: Este estudo visou identificar quais são os impactos da espiritualidade na saúde mental dos indivíduos e também as variáveis da espiritualidade e saúde mental no contexto da pandemia da covid-19. Método: Trata-se de uma revisão de literatura nacional, emergindo as bases de dados Scielo, Lilacs e BVS. As pesquisas de espiritualidade e saúde mental foram entre os anos de 2015 a 2021 e as pesquisas da covid-19 posterior ao ano de 2019. Resultados: Verificou-se que a espiritualidade promove impactos positivos na saúde mental e no enfrentamento da pandemia do covid-19, sendo a resiliência, esperança, sentido da vida e bem-estar os mais apontados pelos presentes resultados. Dos 32 artigos analisados, apenas um artigo não foi conclusivo e também um artigo apresentou além do resultado positivo, um aspecto negativo que seriam as crenças negativas que podem ser causadoras de alguma perturbação. Conclusão: Evidenciou-se que a espiritualidade exerce influências positivas sobre a saúde psíquica das pessoas e em relação à pandemia da covid-19 a espiritualidade surge como forma de esperança e resiliência.

Palavras-chave: Espiritualidade. Covid-19. Saúde mental.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	3
2. OBJETIVOS	4
Objetivos Gerais	4
Objetivos específicos	4
3. ESPIRITUALIDADE	4
4. SAÚDE MENTAL.....	5
5. ESPIRITUALIDADE X SAÚDE MENTAL	7
6. PANDEMIA DA COVID-19 X IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL X ESPIRITUALIDADE .	9
7. METODOLOGIA ESPIRITUALIDADE X SAÚDE MENTAL	11
8. METODOLOGIA PANDEMIA DA COVID-19	13
9. QUADRO DE RESULTADOS	14
10. DISCUSSÃO QUADRO 1 SOBRE ESPIRITUALIDADE E SAÚDE MENTAL	21
11. DISCUSSÃO QUADRO 2 SOBRE COVID-19, SAÚDE MENTAL E ESPIRITUALIDADE.....	26
12. CONCLUSÕES.....	28
REFERÊNCIAS	30

1. INTRODUÇÃO

A espiritualidade na saúde mental é um tema que vem ganhando enfoque pelos pesquisadores. Nos últimos anos as pesquisas têm demonstrado o quanto à valorização da espiritualidade nos indivíduos pode trazer benefícios à saúde psicológica, bem como fator protetivo no desencadeamento de doenças. (AMPARO et al, 2008; OLIVEIRA; SOUZA, 2019).

A saúde mental é tida através de conceitos de normalidade e não normalidade, onde envolvem critérios, conceitos ideológicos e pensamentos sobre o ideal em relação à saúde mental. (DALGALARRONDO, 2008). As não normalidades se apresentam através de características no pensar, sentir e agir no indivíduo que se relacionam aos critérios de transtornos mentais, normalmente trazendo sofrimento para o mesmo. (OPAS, 2018).

A espiritualidade é entendida como uma forma de dar significado e condição à vida. (PERES et al., 2007). Quando o sujeito exerce a espiritualidade ele transcende além da matéria física e busca uma conexão com um ser maior, produzindo um bem-estar interior. Desta forma, entende-se que a espiritualidade é capaz de fazer com que o indivíduo desenvolva a resiliência, conseguindo passar por situações de estresse e traumas e mesmo assim voltar ao seu estado homeostático.

Sendo assim, o mundo enfrenta uma crise mundial, onde diariamente as pessoas precisam se reinventar, se redescobrir. Diante desse cenário da pandemia da covid-19 as pessoas vivem com a incerteza, porém, vivem como podem, de acordo com seus recursos de enfrentamento, sendo um desses recursos a espiritualidade, pois esta traz esperança e força. (PORRECA, 2020).

O objetivo deste trabalho é apontar os impactos da espiritualidade sobre a saúde mental dos indivíduos e com isso, poder contribuir para a expansão dos conhecimentos relacionados ao tema e conseqüentemente, para auxílio e promoção a saúde mental das pessoas, inclusive em tempos de pandemia do covid-19.

2. OBJETIVOS

Objetivos Gerais

Identificar quais impactos a espiritualidade pode apresentar para saúde mental dos indivíduos. Com estes achados, espera-se contribuir com mais dados no auxílio à saúde mental das pessoas, assim como expandir o campo da espiritualidade dentro desse contexto.

Objetivos específicos

Verificar os impactos que a espiritualidade pode apresentar para a saúde mental dos sujeitos e também as variáveis entre espiritualidade e saúde mental em relação a Pandemia do Covid-19.

3. ESPIRITUALIDADE

Até meados do século XIX não havia distinção entre os termos espiritualidade e religião, só a partir de então foram sendo empregados conceitos diferentes. (DAL-FARRA; GEREMIA, 2010). Sendo assim, se faz necessário salientar a distinção entre ambas. De acordo com Panzini, et al (2007), a religião é entendida como uma crença a respeito de um criador do mundo, que não apenas criou, mas que também controla o universo. Em se tratando de espiritualidade, o autor Dal-Farra e Geremia (2010) afirma que a mesma pode fazer parte de uma religião, como também tem potencial para existir fora desse contexto, pois o que é comum, é que de qualquer modo, há uma busca pessoal no sentido de existência. Complementando, Panzini et al (2007) ainda traz a conceitualização de religiosidade como a possibilidade de ser uma extensão da religião, onde encontram-se pessoas envolvidas em grupos, dentro de sistemas doutrinários.

A origem do termo espiritualidade está relacionada com a palavra em latim *spiritus*= espírito, que tem por significado inspirado. (JUNG, 2015). O autor ainda descreve que este conceito é abrangente e independe de uma prática religiosa, pois compreende uma maneira de viver experiências além do palpável e transcender a consciência. Além disto, Saad, et al (2001) afirma que o ser espiritualizado compreende a vida de uma forma que vai além do que é físico, tem sua crença em algo maior, intangível, pois se baseia na energia que transcende os limites da

matéria. Desta forma, a pessoa que vive sua espiritualidade não só descobre um novo significado para a vida, como incita seu relacionamento interpessoal e intrapessoal. Por fim, Peres et al (2007) descreve a espiritualidade como algo que além de dar um significado de vida aos sujeitos, isto é, a mesma contribui de forma expressiva para uma condição melhor de saúde e vida.

Para Braghetta et al (2018), a espiritualidade faz parte do ser humano, por esse motivo ele é estimulado a transcender. Além disso, é uma forma de o sujeito viver experiências. (OLIVEIRA; JUNGES, 2012). Para complementar, Simão (2010) afirma que a espiritualidade também é uma maneira individual de se relacionar com o universo. E por vezes, a espiritualidade é a procura por sentido que pode vir de uma doutrina religiosa ou um processo interno. (KOVÁCS, 2007).

De acordo com Frankl (2019), o ser humano só é completo quando visto de maneira biopsicoespiritual, e quando esse olhar tem o foco apenas em seu psicofísico, deixa de vê-lo em sua totalidade. O autor ainda afirma que o ser humano possui uma espiritualidade e religiosidade inconsciente, esta última por natureza o faz ter uma propensão a buscar por Deus.

Observa-se que estudos sobre a espiritualidade têm crescido, a fim de compreender e comprovar que a espiritualidade pode, de fato, afetar a saúde de forma detectável pela ciência. (SAAD; MASIERO & BATTISTELLA, 2001). Os autores Guimarães e Avezum(2007) assim como Saad, Masiero e Battistella(2001) indicam a existência de artigos baseados em evidências que constata o bem-estar psicológico em pacientes que possuem religiosidade. Guimarães e Avezum(2007) ainda afirmam que a espiritualidade e religiosidade além de proporcionarem qualidade de vida, também auxiliam na prevenção de doenças, sendo ainda constatado que caso exista práticas religiosas o risco de morte diminui em até 30%.

4. SAÚDE MENTAL

De acordo com Dalgalarrondo (2008), existem várias formas de discernir sobre normalidade e anormalidade em medicina e psicopatologia, pois envolvem formas ideológicas e filosóficas de pensar sobre saúde mental. Segundo o autor, os critérios de normalidade que a psicopatologia mais utiliza são: 1. Não existência de doenças; 2. Ideal de um padrão sadio; 3. Estatística, através de pesquisa

quantitativa; 4. Total bem-estar de forma ampla; 5. Funcionalidade, verificando o que está disfuncional; 6. Processo psicossocial, analisando o desenvolvimento e estruturas; 7. Enfatizando o lado subjetivo do indivíduo; 8. Existencial/fenomenológica ligado à perda da liberdade; 9. Operacional e pragmático, porém arbitrário por aceitar definições antecipadamente e as consequências implicadas.

A Organização Pan-Americana de Saúde (2019) afirma que gradativamente a saúde mental tem sido admitida como primazia global. Afinal, a grande maioria dos casos de transtornos mentais tem seu início ainda na adolescência, sendo que a ansiedade ocupa a 8ª posição de incapacidade e a depressão 9ª causa há nível mundial. (OPAS, 2018). Existe também uma estimativa que a depressão é o transtorno mental mais frequente, com 300 milhões de indivíduos em sofrimento em todo o mundo, sendo que o sexo feminino é o mais prevalente. (OPAS, 2018). E também a Organização Pan-Americana de Saúde (2018) informa que adolescentes com idade de 10 a 19 anos representam cerca de 16% dos acometidos por condições psicológicas, sendo que 50% dessas condições tiveram início aos 14 anos de idade do indivíduo, no entanto, em maior parte não foi identificado ou tratado.

Para a Organização Pan-Americana de Saúde (2018), os transtornos mentais são variados, se apresentam de formas diversas e tem como características a anormalidades de pensamentos, sentimentos, comportamentos e atitudes, podendo haver prejuízos na vida social do indivíduo.

A Organização Pan-Americana de Saúde (2020) informa que quase 1 bilhão de pessoas possuem transtornos mentais, e 3 milhões de pessoas entram em óbito todos os anos devido as consequências do uso prejudicial de álcool, uma pessoa comete suicídio a cada 40 segundos, e que a saúde mental é a área mais descuidada pela saúde pública no mundo. De acordo com a Organização Pan-Americana de Saúde nas Américas (2019), mais de um terço da população sofre de algum transtorno psiquiátrico e são incapacitados devido a esta condição. Embora este número seja alto, existe pouco investimento na saúde mental, sendo que mais da metade do valor é destinado aos hospitais psiquiátricos, mesmo quando a OMS e

OPAS sugerem o fechamento desses locais a fim de evitar o estigma e segregação desses indivíduos, facilitando assim o acesso ao serviço de saúde. (OPAS, 2019).

Conforme Bezerra Jr. (2007), foi na virada deste século que a reforma psiquiátrica se firmou no Brasil, iniciando-se oficialmente como política de assistência à saúde mental, obtida através de fortes reivindicações de movimentos sociais motivadas pela mudança do modelo do indivíduo institucionalizado pelo indivíduo a ser incluído no convívio familiar e social, onde foi enfrentados desafios e se expandindo para criação de Centros de Atenção Psicossocial - CAPS. Atualmente o atendimento à saúde mental no Brasil é oferecido pelo Sistema Único de Saúde (SUS) através da acolhida pelo CAPS que oferece atenção e tratamento para pessoas com transtornos mentais e dependentes de álcool, crack e entre outros tipos de drogas. (FIOCRUZ, [2020]).

5. ESPIRITUALIDADE X SAÚDE MENTAL

Conforme o Conselho Regional de Psicologia de São Paulo, em 2015 foi realizado seminários estaduais e produzidos artigos com objetivos debater e firmar direções sobre as relações da psicologia, laicidade com a religião e espiritualidade. A psicologia enquanto profissão é fundamentada na laicidade e se relaciona com os direitos humanos, respeitando as subjetividades dos indivíduos. (CRP, 2016).

Segundo Angerami (2012), a ciência busca separar a espiritualidade do campo de seus estudos e de acordo com o autor, a palavra psique significa alma e a espiritualidade está intimamente ligada ao ser humano e a sua melhora como indivíduo. A espiritualidade quando em desenvolvimento aciona forças e condições que tendem a harmonia, integração e superação de limites físicos e de consciência. (ANGERAMI, 2012). Apesar disto, as definições sobre religiosidade e espiritualidade vem se expandindo genericamente nos estudos da ciência e também especificamente com as pesquisas sobre saúde mental. (DALGALARRONDO, 2008).

De acordo com Santos, Gouveia e Oliveira (2015), o mindfulness é uma técnica retirada da meditação espiritualista budista e incorporada às Terapias Comportamentais de Terceira Geração e que vem sendo amplamente estudada atualmente. Com mindfulness, busca-se ter uma atenção plena no momento

presente, sem julgamentos em relação a pensamentos ou acontecimentos. Essa técnica vem sendo utilizada pela terapia cognitiva comportamental de terceira onda por mostrar bons resultados nas pesquisas científicas. (ROEMER; ORSILLO, 2010).

A Psicologia Positiva é um movimento psicológico que estuda sobre felicidade e bem-estar que foi fundado por Martin Seligman na década de 90, e que também utiliza o mindfulness no processo de psicoterapia. (RASHID; SELIGMAN, 2019). E, além disso, Seligman (2019) em seus estudos sobre felicidade verificou em suas pesquisas que as pessoas que acreditam em algo maior que si mesmo ou força superior tendem a serem mais felizes do que pessoas que não acreditam.

Dalgalarrondo (2008) discorre em seu livro sobre psicopatologia, religião e saúde mental que, a religião parece ser muito importante para as fases da vida do indivíduo que esteja passando por questões profundas de dor e sofrimento, pois ajuda na ressignificação do momento. O autor ainda afirma que as religiões de maneira geral, trazem benefícios quando associada à saúde mental porque promovem uma visão mais otimista, esperançosa e com sentido sobre a vida, favorecem o apoio e ajuda no contexto social quando necessário, trazendo alívio do sofrimento, prevenção a transtornos e estimulam a coesão entre as pessoas. Para concluir, o autor também aponta como aspecto negativo, os sentimentos de medo, culpabilidade e vergonha, que muitas vezes as religiões promovem nas pessoas e algumas vezes pode até causar rebaixamento da autoestima e isolamento social.

Quando há junção da espiritualidade e psicoterapia, os cientistas realizam em sua vida particular em algum nível a religiosidade de forma discreta e separada do meio acadêmico. E por mais diversificadas que sejam as definições sobre o Sagrado, o que cabe ao psicoterapeuta é delimitar estas definições e formulações no campo simbólico de cada indivíduo que busca respostas de seus conflitos existenciais na psicoterapia, levando em consideração que a espiritualidade faz parte do desenvolvimento do mesmo. (ANGERAMI, 2012)

O processo de psicoterapia interligada a espiritualidade pode auxiliar o paciente em seu processo clínico. No entanto, ressalta-se a importância de o terapeuta estar apto a lidar com essa temática (CAMPOS; RIBEIRO, 2017), bem como compreender os processos que o constituíram. (HENNING-GERONASSO;

MORÉ, 2015) e assim poder utilizar os recursos espirituais a fim de trabalhar significados na vida do paciente.

Em uma revisão literária realizada pelos autores Costa, Siqueira e Resende (2018) sobre as abordagens psicoterapêuticas que inclui a religiosidade e espiritualidade em sua prática clínica, têm-se como resultado três linhas da psicologia: a analítica, a terapia cognitivo-comportamental (TCC) e a fenomenologia-existencial. Todas essas linhas de orientação psicológica mostraram-se eficazes em trabalhar a religiosidade e/ou espiritualidade do sujeito. O artigo ainda salienta a importância de o psicoterapeuta não praticar o prosélito e saber utilizar essa ferramenta em prol da saúde mental do paciente/cliente.

6. PANDEMIA DA COVID-19 X IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL X ESPIRITUALIDADE

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2020), pandemia se qualifica pela dispersão a nível mundial de uma nova doença, com transmissão de um indivíduo para outro. Suas características principais são agentes infecciosos e contagiosos. (FIOCRUZ, 2020).

O Ministério da Saúde (2020) informa que a covid-19 é uma patologia ocasionada pelo coronavírus SARS-CoV-2, que apresenta um quadro clínico com variações entre infecções assintomáticas a quadros respiratórios graves.

A Fundação Oswaldo Cruz (2020) aponta para estudos que relatam os impactos psicológicos de indivíduos que contraíram a covid-19, apresentando sintomas como: Alteração do sono; Sintomas depressivos; Sintomas ansiosos; Sintomas do estresse pós-traumático. Ainda de acordo com o autor, até as pessoas que não foram acometidas pelo vírus sofrem consequências devido ao estresse elevado, fazendo com que haja um desequilíbrio no sistema imunológico. Desta forma, verifica-se um alerta para uma possível pandemia de saúde mental após a pandemia da covid-19.

Em contexto de pandemia onde a orientação tem sido o confinamento como forma de evitar a disseminação do vírus, tem sido frequente a procura pelos profissionais da área de psicologia, já que o isolamento trouxe prejuízos psicológicos. (ROLIM; OLIVEIRA; BATISTA, 2020). No entanto, de acordo com a

Organização Pan-Americana de Saúde (2020), o atendimento à saúde mental no mundo é a área mais precária que existe dentro do setor público, e com a pandemia isso se agrava, pois, áreas que eram destinadas ao atendimento à saúde mental foram transferidas para os cuidados relacionados ao novo coronavírus.

De acordo com Frankl (2019), algumas pessoas que estão prestes a morrer sentem que a vida não possui mais futuro, se prendem em vivências do passado como forma de se sentirem protegidas, evitando o contato com a morte. E, mediante a este sofrimento, o autor traz a possibilidade de um sentido. Desta forma, a espiritualidade tem se apresentado como uma maneira de lidar com a angústia gerada pela proximidade da morte, perdas e inseguranças. (RIBEIRO; ABIJAUDI, 2020). Ainda de acordo com os autores a espiritualidade vem carregada de possibilidades que ultrapassam os limites palpáveis, levando o indivíduo a procurar maneiras de exceder a sua fraqueza. Para finalizar, a autora Irigaray (2020) conclui afirmando que a espiritualidade surge neste momento como uma forma de adaptação, auxiliando o indivíduo a lidar com as perdas diárias.

Conforme Lima et al (2020), a pandemia fez o mundo entrar em paralisação, e então a sociedade se vê imersa em crise financeira, social e dentre outras dimensões, o que acaba por afetar também o psicológico e o espiritual das pessoas devido ao pavor do contexto ao qual estão inseridos. Todos de algum modo se veem em sofrimento, e precisam aprender a lidar da forma que conseguem neste momento, até mesmo quando esse modo é a somatização de doenças em seus corpos. O autor ainda levanta um questionamento sobre o motivo de tantas pessoas apresentarem sintomas da covid-19 e a testagem ser negativa. Para concluir esse questionamento, o autor afirma que não se tem proporção do quanto o psíquico e espiritual tem sido afetado, se sabe apenas que neste momento tem sido difícil manter equilíbrio interno e externo, tendo como resultado elevados níveis de estresse.

No decorrer da pandemia da covid-19 as pessoas ficaram vulneráveis, sofrendo perturbações psicológicas constantemente, que acaba por exceder a própria capacidade de enfrentamento. (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020). Sendo assim, o Ministério da Saúde (2020) cita a religião como um dos estilos de enfrentamento durante a pandemia, e sinaliza que o atendimento psicológico é

fundamental, pois auxiliará as pessoas durante a pandemia e pós-pandemia, evitando consequências mais drásticas. Para concluir, Tavares (2020) descreve que a espiritualidade em indivíduos que testaram positivo para o vírus se apresenta como uma forma de ressignificar a vida, assim como uma maneira de se ter esperança enquanto as incertezas.

Por fim, no dia 29 de setembro de 2020, o Ministério da Saúde (2020) publicou respostas preliminares sobre o estado mental dos brasileiros durante a covid-19, informando que nesta primeira análise foram colhidos dados de 17.491 pessoas, e constataram que existe um alto nível de ansiedade (86,5%), transtorno de estresse pós-traumático (45,5%) e depressão (16%) em nível grave. Devido ao aumento dessa demanda, novos CAPS foram abertos, assim como Serviços de Residência terapêutica e novos leitos em hospital geral.

7. METODOLOGIA ESPIRITUALIDADE X SAÚDE MENTAL

Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica nacional, cujo objetivo é integrar dados qualitativos referentes às variáveis da espiritualidade sobre a saúde mental. Esse tipo de pesquisa visa fazer um levantamento de informações em livros, artigos e entre outros, sobre a temática em questão, a fim de se obter os resultados. (MASCARENHAS, 2012). As estratégias de busca utilizaram os termos: saúde, saúde mental, psicoterapia e espiritualidade. Os levantamentos dos artigos tiveram início em maio de 2021, através da Biblioteca Virtual da Universidade Santo Amaro – UNISA, emergindo as bases de dados Scielo, Lilacs (Literatura Latino- Americana e do Caribe em Ciências da Saúde) e BVS (biblioteca virtual em saúde). Para critérios de inclusão foram selecionados materiais em língua portuguesa, nacionais, entre os anos de 2015 a 2021 e que evidenciassem de alguma forma a espiritualidade na saúde mental.

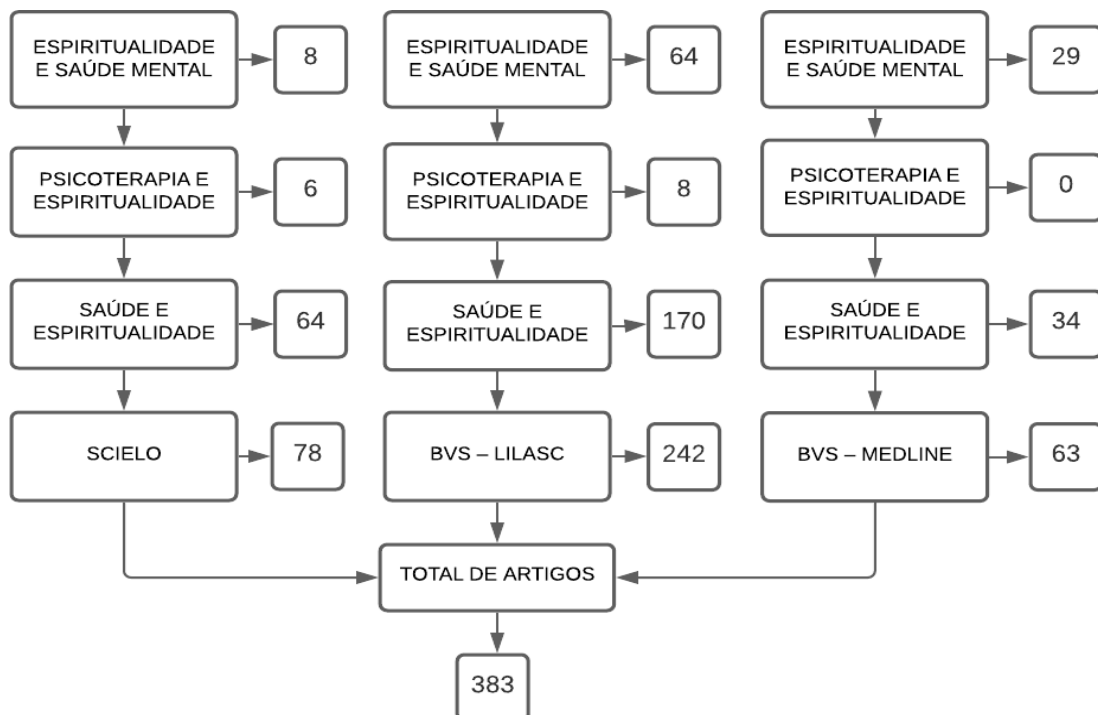
Procedimentos: Na base de dados da Scielo foram utilizados os unitermos “espiritualidade e saúde mental” localizando oito artigos, na mesma base utilizando “psicoterapia e espiritualidade” foram encontradas seis artigos e o termo “saúde e espiritualidade” foram encontrados 64 artigos relacionados. Utilizando a base de dados BVS Saúde para acessar a base de dados LILASC, foram encontrados 64 artigos utilizando a terminologia “espiritualidade e saúde mental”, já os unitermos “psicoterapia e espiritualidade” foram encontrados oito arquivos, e "saúde e

espiritualidade" foram encontrados 170 artigos. Também foi utilizada a base de dados BVS Saúde para acessar a base de dados Medline, que foram localizados 29 artigos utilizando as palavras "espiritualidade e saúde mental", usando a terminologia "psicoterapia e saúde mental" nenhum artigo, e foram encontrados 34 artigos utilizando os unitermos "saúde e espiritualidade". Somando as buscas de todas as bases de dados, foram encontrados 383 artigos no total.

O passo a passo da inclusão/exclusão se deu em três etapas. Como 1ª etapa para inclusão/exclusão dos artigos foi pela busca dos unitermos selecionados neste trabalho. A 2ª etapa foi através da verificação dos títulos para saber se de alguma forma respondem aos objetivos do trabalho e a 3ª etapa se deu pela leitura do resumo, utilizando como material de discussão 23 artigos selecionados. Segue abaixo o fluxograma 1 e 2 para ilustrar a seleção dos artigos.

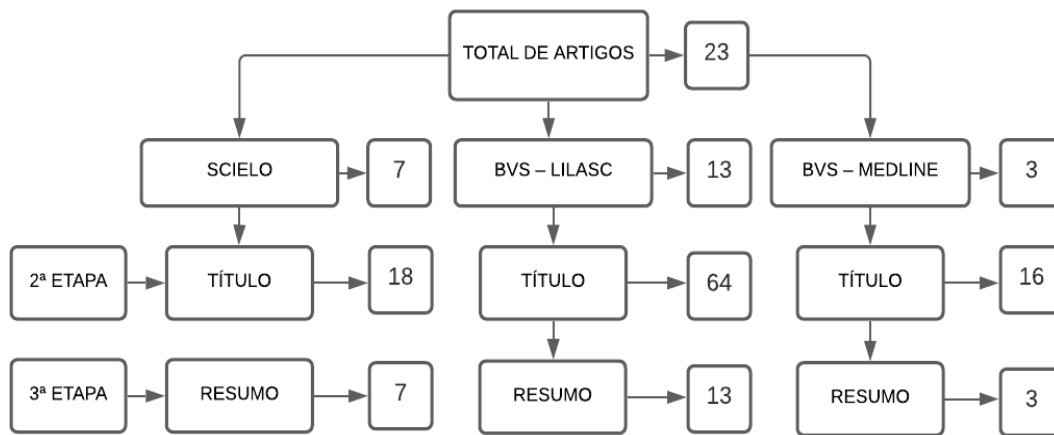
Observação: Os artigos repetidos, que aparecem mais de uma vez na mesma base de dados ou em outras bases de dados, foram descartados não incluídos na contabilização final deste trabalho.

FLUXOGRAMA 1. COM RESULTADO DA 1ª ETAPA DE BUSCAS NAS BASES DE DADOS POR UNITERMOS.



Fonte: (SANTOS; ROCUMBACK, 2021)

FLUXOGRAMA 2. COM RESULTADO DA 2ª E 3ª ETAPA COM CRITÉRIOS DE INCLUSÃO/EXCLUSÃO POR TÍTULO E RESUMO.



Fonte: (SANTOS; ROCUMBACK, 2021)

8. METODOLOGIA PANDEMIA DA COVID-19

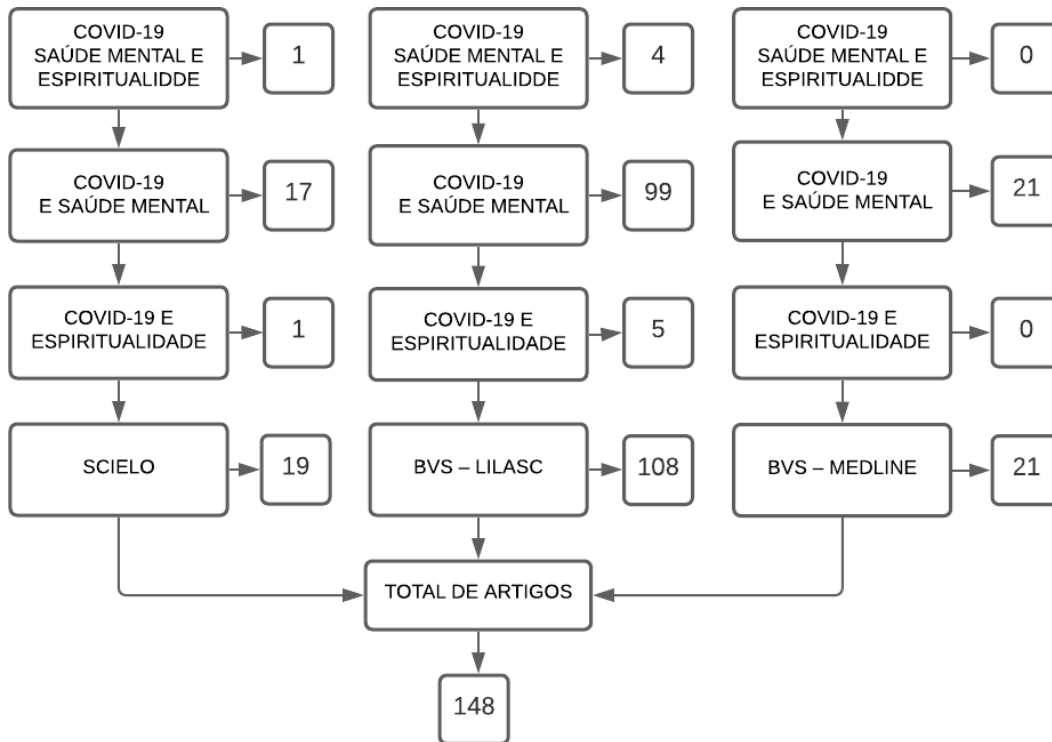
Em maio de 2021, através da biblioteca virtual da Universidade Santo Amaro (UNISA), foram utilizadas as bases de dados Scielo e também BVS Saúde para acessar a bases Lilacs e Medline, em busca de artigos que relacionem a pandemia do covid-19 com saúde mental e espiritualidade. Os critérios utilizados para as buscas foram de os artigos serem posteriores à 2019, em língua portuguesa utilizando os seguintes uni termos: covid-19, saúde mental e espiritualidade, covid-19 e saúde mental e covid-19 e espiritualidade, localizando 19 artigos pela base de dados Scielo, 108 pela base de dados BVS-LILACS e 21 pela BVS-Medline, totalizando 148 artigos, conforme o fluxograma 1 covid-19.

A etapa seguinte foi realizar a seleção por título, excluindo os artigos que não aparecem relação entre covid-19, saúde mental e espiritualidade, reduzindo de 19 artigos para sete pela base de dados Scielo, de 108 artigos para 29 pela base de dados BVS-LILACS e de 21 artigos para um pela base de dados BVS-MEDLINE. Posteriormente foi feita a seleção pelo resumo dos artigos, descartando os que não relacionam covid-19 com saúde mental e espiritualidade, reduzindo a quantidade de artigos de sete para dois pela base de dados Scielo, 29 para sete pela BVS-LILACS e de um para zero pela BVS-Medline, chegando ao resultado de nove artigos, conforme fluxograma 2 covid-19.

Observação: Foram lançados pela plataforma Scielo artigos em preprint e os mesmos foram descartados e não contabilizados para a pesquisa deste trabalho, sendo utilizados somente artigos finalizados. E também, foram excluídos para a contabilização final artigos repetidos, que aparecerem mais de uma vez na mesma

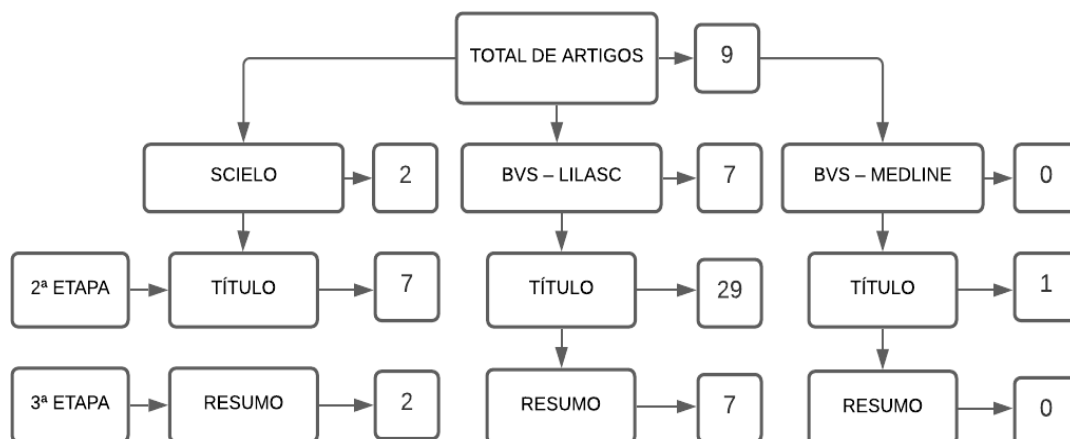
base de dados ou em outras bases dados.

FLUXOGRAMA 3. COM RESULTADO DAS BUSCAS NAS BASES POR UNITERMOS



Fonte: (SANTOS; ROCUMBACK, 2021)

FLUXOGRAMA 4. COM RESULTADO DAS BUSCAS NAS BASES COM CRITÉRIOS DE INCLUSÃO/EXCLUSÃO POR TÍTULO E RESUMO.



Fonte: (SANTOS; ROCUMBACK, 2021)

9. QUADRO DE RESULTADOS

Quadro 1 de resultados. Pesquisa da Espiritualidade e Saúde Mental

Ano	Autores	Objetivo	Método	Resultados
2020	Nascimento, A.K.C.; Caldas, M.T.	Pesquisar sobre a espiritualidade através dos pensadores Victor Frankl e Carl Jung	Pesquisa bibliográfica	Ambos pensadores e criadores de abordagem em psicoterapia colocam a espiritualidade/religiosidade como inerente ao ser humano e sua importância no que confere sentido à vida e promoção da saúde.
2020	Silva Junior, R.V.; et al	Verificar a qualidade de vida das pessoas portadoras de HIV e aids pelas esferas psicológica e espiritual	Exploratória e descritiva. Participaram 18 usuários de hospital da de João Pessoa.	As pessoas com HIV sofrem impactos negativos na esfera psicológica e espiritual e os familiares sentindo-se frágeis, buscam ajuda na espiritualidade ou religião para enfrentar a doença de seu membro familiar, apegando-se a fé, esperança de cura ou resiliência.
2020	Moreira, W.C.; et al	Verificar na literatura os resultados sobre junção da espiritualidade, da religiosidade e a atividade física sobre a saúde mental e física	Revisão sistemática	Os estudos mostram resultados da associação entre a espiritualidade, religiosidade e atividade física sobre a saúde mental, porém as evidências não foram conclusivas.
2020	Monteiro, D.D.; et al	Realizar uma pesquisa de revisão bibliográfica na ótica da ligação entre religiosidade/espiritualidade e saúde mental	Revisão bibliográfica da literatura.	A espiritualidade apresenta resultados bastantes positivos, como resiliência para portadores de HIV/Aids, recurso de enfrentamento de sofrimento para oncológicos, e recursos de apoio aos doentes, esperança e ressignificação.
2019	Cunha, V.F.; Scorsone, F.	Mostrar através da literatura científica a presença da espiritualidade e religiosidade na clínica psicológica	Revisão integrativa da literatura	A espiritualidade e a religiosidade são importantes porque influenciam nos hábitos, qualidade de vida, atitudes e no modo de encarar as situações adversas relacionadas a saúde.
2019	Thiengo, P.C.S.; et al	Enunciar como é entendida a saúde, espiritualidade e religiosidade em revistas em publicações científicas brasileiras.	Revisão Integrativa de literatura	A espiritualidade exerce influência benéfica na adaptação psicológica, diminuindo o peso emocional em relação a doenças.
2019	Costa, M.; Siqueira, J.;	Oferecer uma breve revisão prática de linhas	Revisão da literatura	A espiritualidade se mostrou eficaz independente da abordagem. A utilização de

	Resende, P.H.C.	psicoterapêuticas que contemplam a religiosidade e espiritualidade, visando, em parte, suprir essa carência de treinamento.		técnicas na TCC como leitura de versículos bíblicos para ilustrar pensamentos e emoções, tem mostrado eficácia, assim como a busca por sentido, esclarecimentos e etc. em outras abordagens.
2019	Oliveira, F.H.A.O.; Pinto, A.R.	Atualizar os profissionais de saúde no contexto da abordagem da religiosidade/espiritualidade na prática clínica, principalmente da psiquiatria.	Revisão da literatura	A psicoterapia associada com a religiosidade/espiritualidade também apresenta redução dos sintomas psicológicos, portanto, possui maiores resultados no bem-estar espiritual dos indivíduos. A utilização da anamnese religiosa-espiritual faz com que o sujeito seja visto em sua dimensão bio-psico-socio-espiritual.
2019	Caribé, A.C.; Casqueiro, J.; Miranda-Scippa, Â.	Este artigo objetiva fazer uma atualização sobre as conexões entre religiosidade/espiritualidade e comportamento suicida, visando discutir não só os aspectos positivos, mas também os possíveis elementos negativos envolvidos nessa relação.	Revisão de literatura	Apesar da ligação entre saúde mental e espiritualidade, ainda não se sabe ao certo de que forma acontece essa influência, algumas alternativas são: Apoio social; Sentido de vida; Esperança; Hábito de vida saudável; Mudança de hábitos que influencia na diminuição dos comportamentos suicidas.
2018	Oliveira, V. H.A.; Souza, M.H.F.	Trazera ligação da espiritualidade da criança e adolescente com saúde mental na atuação clínica	Revisão de literatura	Estudos apontam que a espiritualidade e religiosidade devam ser levadas em consideração para avaliação e processo terapêutico em casos de transtornos mentais, tanto pelo lado positivo (recurso interno) como pelo negativo (crenças negativas (causadoras de perturbação).
2018	Arrieira, I.C.O.; et al	Entender por meio da abordagem fenomenológica a vivência da espiritualidade na rotina de profissionais em cuidados paliativos	Estudo qualitativo em equipes	A espiritualidade ajuda na formação de vínculos entre profissionais, paciente e família e também na busca de sentido e humanização de profissionais que fazem os cuidados paliativos
2017	Pilger, C.; et al	Examinar a ligação sobre bem-estar espiritual e suas variáveis em idosos em que fazem hemodiálise	Estudo transversal e correlacional	Quanto maior for os bem-estar espiritual, religioso e existencial, maior é qualidade de vida biopsicossocial e ambiental.

2017	Biondo, C.S.; et al	Observar como a espiritualidade é trabalhada em ambientes de emergência e urgência	Revisão de literatura sistematizada	A espiritualidade é essencial aos pacientes, familiares e ajuda a enfrentar momentos difíceis e em especial ligada a questão da finitude.
2017	Nunes, M.G.S.; et al	Examinar a qualidade de vida nos campos da espiritualidade, religiosidade e crenças individuais que se ligam a idosos que possuem maior longevidade	Estudo descritivo, quantitativo e transversal	Estudos evidenciam que a qualidade de vida do idoso longo está relacionada a espiritualidade, religiosidade e crenças pessoais e comprova que é relevante para assegurar o bem-estar
2017	Campos, A.F.; Ribeiro, J.P.	O objetivo foi descrever esses benefícios, incluindo os modos como a espiritualidade manifesta-se na clínica, recursos e métodos utilizados por psicoterapeutas e os impactos da sua prática espiritual.	Revisão da literatura	O artigo evidência que a espiritualidade associada a psicoterapia é benéfica ao paciente, no entanto, o terapeuta precisa estar aberto e treinado, respeitando também o código de ética.
2017	Zerbetto, S.; et al.	Identificar mecanismos de influência positiva da religiosidade e espiritualidade na vida e tratamento, na perspectiva de alcoolistas.	Estudo qualitativo, exploratório.	A religião tem ajudado pacientes com transtorno por uso de álcool a compreender sua condição e entender que precisam de ajuda. Já a espiritualidade traz força interior, esperança para lidar com o transtorno.
2016	Salimena, A.M.O.; et al	Entender o que é a espiritualidade para pacientes com transtornos mentais	Pesquisa qualitativa e descritiva	A espiritualidade é o que sustenta e fortalece a saúde mental no ser humano
2016	Reinaldo, A.M.S.; Santos, R. L. F.	O objetivo do estudo foi compreender as percepções de profissionais de saúde, pacientes e seus familiares com relação à religião e aos transtornos psiquiátricos.	Estudo etnográfico	A espiritualidade/religiosidade se apresentam como forma de conforto e esperança. Ela associada ao apoio das pessoas dentro do convívio religioso, traz força.
2015	Simão T.P; Chaves, E.C.L; Lun es, D.L.	Investigação sobre o entendimento da angústia espiritual e a forma para a sua identificação	Revisão integrativa de literatura	A angústia espiritual gera impactos negativos na saúde mental como: perda do sentido da vida, alteração de comportamento (raiva e choro), isolamento social, alienação e falta de seriedade
2015	Chaves, C.E.L.; et	Examinar a ligação entre ansiedade e	Estudo transversal	A associação entre a espiritualidade e saúde mental

	al	espiritualidade em estudantes de universidade	l com inventário de ansiedade traço-estado (IDATE)	mostrou-se positiva para a diminuição da ansiedade.
2015	Chaves, L.J.; Gil, C.A.	O Objetivo é ver e a analisar a compreensão do idoso em relação a espiritualidade e como isto influencia em sua qualidade	Qualitativo e quantitativo, descritivo e exploratório	A espiritualidade beneficia o idoso em forma de superação de momentos difíceis restrições desta fase e também traz mais satisfação e positividade.
2015	Miranda, S.L.; Lana, M.A.L.; Felipe, W.C.	Verificar as ligações entre bem-estar espiritual, depressão e qualidade de vida no processo de luta contra a doença em pacientes oncológicos da Casa de Apoio aos pacientes com Câncer-Vencer	Pesquisa exploratória, qualitativa e quantitativa	Quanto maior o bem-estar espiritual e religioso, maior é a qualidade de vida em geral, e em especial a o fator psicológico. A busca por espiritualidade é apontada como forma de enfrentamento da depressão em pacientes oncológicos
2015	Henning-Geronasso, M.C.; Moré, C.L.O.O.	Descrever os aspectos da atuação dos psicólogos no processo terapêutico levando em consideração a religiosidade e a espiritualidade	Método qualitativo com entrevistas semiestruturadas com 10 psicólogos	Evidência que há possibilidade dos psicólogos em utilizar a espiritualidade/religiosidade dos clientes/pacientes como recurso para conseguir a finalidade terapêutica que promove a saúde dos mesmos

Fonte: (SANTOS; ROCUMBACK, 2021)

Quadro 2 de resultados. Pesquisa sobre a relação da covid-19, saúde mental e espiritualidade

Ano	Autores	Objetivo	Método	Resultados
2020	Crepaldi, M.A.; et al	Objetiva organizar os conhecimentos sobre os desenvolvimentos relacionados com momentos de terminalidade, morte e luto em tempos de pandemia do covid-19.	Revisão narrativa de literatura	Os rituais de despedidas são importantes para a resignificação da perda do enlutado e, em momentos de pandemia do covid-19 e ficou dificultado devido ao alto grau de contágio da doença, gerando mais desgastes emocionais. A espiritualidade

				serve como recurso de ressignificação e para obtenção de resiliência para este momento, devendo ser considerado. Há necessidade de reestruturação nos rituais de despedidas.
2020	Hott, M.C.M	Comunicar sobre espiritualidade, covid-19, saúde mental e física.	Comunicação breve	A pandemia e os meios preconizados causam impactos na saúde mental, aumentam os riscos de desenvolvimento de depressão, ansiedade e estresse. Mesmo a espiritualidade sendo algo pessoal, serve para auxiliar no autoconhecimento e autocura, trazendo equilíbrio e força para a pessoa. A pandemia do covid-19 pode servir como uma oportunidade de ativação da espiritualidade.
2020	Silva, M.C.Q.S.; et al	Através da visão da espiritualidade, fazer uma reflexão sobre o desenvolvimento da terminalidade e morte de pacientes com covid-19.	Reflexão	A espiritualidade é algo muito importante no processo de terminalidade de covid-19 para superação da dor dos familiares, e deve ser avaliado de forma segura esta dimensão no paciente, para melhor auxílio terapêutico.
2020	Corrêa, C.A.; et al	Avaliar a prática de yoga através da associação dos níveis de ansiedade, estresse e depressão em tempos de pandemia do covid-19.	Estudo transversal	Estudos apontam de modo geral que, a yoga (prática holística/espiritualista originária da Índia) pode ser um auxiliador se praticado diariamente para manter a saúde mental e física em tempos de pandemia do covid-19.
2020	Oliveira, E.N.; et al	Relatar experiência através da elaboração do projeto de extensão Vida em Quarentena,	Relato de experiência de enfermeiros	Os relatos dos enfermeiros apontam como formas de mecanismos de superação e adaptação a situação da

		que tem como foco meios de auxiliar a saúde mental de enfermeiros que combate em linha de frente a covid-19.		pandemia do covid-19: a fé, a esperança, a crença na ciência e o altruísmo.
2020	Magalhães, J.R.F.; et al	Obter ciência sobre as implicações sociais e para a saúde que prejudicam as pessoas que estão de luto devido a morte de entes por covid-19.	Revisão narrativa	O luto dos familiares de pessoas vítimas do covid-19 torna-se complicado e podendo ir ao adoecimento psíquico, devido ao distanciamento social e ausência de rituais, desfavorecendo a experiência natural do luto. O Fortalecimento de redes religiosas e ou espirituais é apontado como estratégia de sustentação emocional.
2020	Zanon, C.; et al	Mostrar as pesquisas realizadas pela Psicologia Positiva e com isso, poder fornecer os possíveis meios que auxiliem a saúde mental e o bem-estar durante o isolamento social da pandemia do covid-19.	Revisão de literatura	Os achados da Psicologia Positiva podem ajudar na diminuição dos efeitos psicológicos negativos relacionados isolamento social através da promoção da autocompaixão, criatividade, otimismo e bem-estar obtidas por meios da meditação da atenção plena (prática espiritual budista).
2020	Scorsolini-Comin, F.; et al	Gerar questões de como a espiritualidade e a religiosidade podem ser utilizadas como recursos no enfrentamento da pandemia do covid-19.	Reflexão teórica	É recomendado que a espiritualidade e religiosidade sejam utilizadas em tempos de pandemia como recursos de promoção a saúde, pois auxiliam nos momentos de dor e na melhor aceitação da vivência, mantendo o senso crítico da realidade.
2020	Tavares, C.Q.	Reflexão sobre áreas do cuidado na visão da espiritualidade em meio a pandemia do	Reflexão teórica	Perante a pandemia do Covid-19, a espiritualidade direciona para o sentido da esperança,

	covid-19		a para a força da resiliência.
--	----------	--	--------------------------------

Fonte: (SANTOS; ROCUMBACK, 2021)

10. DISCUSSÃO QUADRO 1 SOBRE ESPIRITUALIDADE E SAÚDE MENTAL

Os autores Nascimento e Caldas (2020) discorrem no artigo a visão de Jung e Frankl sobre a dimensão espiritual do indivíduo, e concluem que ambos compreendem que o alcance da espiritualidade não está relacionado com uma crença institucionalizada, mais sim quando o sujeito toma consciência de sua transcendência, promovendo assim saúde espiritual que influencia nas outras dimensões. Os estudos de Salimena, et al (2016) também evidencia que a espiritualidade é o que sustenta e fortalece a saúde mental no ser humano. Indo de acordo com as pesquisas citadas, os autores Simão e Saldanha (2012) afirmam que a transcendência integra o indivíduo e quando bloqueada pode gerar doenças.

Conforme os resultados da presente pesquisa, Silva Junior, et al (2020), as pessoas portadoras de HIV/Aids sofrem impactos negativos na esfera espiritual e psicológica devido a cronicidade da doença e os familiares buscam apoio na espiritualidade e religião, utilizando a fé como esperança de cura e/ou resiliência para enfrentar as dificuldades que esta doença trás. A autora Monteiro et al (2020) também evidência em seus estudos os impactos positivos da resiliência em portadores de HIV/Aids e esperança e ressignificação em oncológicos. Ainda de acordo com esses resultados, Reinaldo e Santos (2016), afirmam que a espiritualidade e religiosidade se apresentam como forma de conforto e esperança, mas quando associadas ao apoio das pessoas dentro do convívio religioso, promove força para os indivíduos. Indo de encontro com os resultados citados, a busca pela espiritualidade é por querer melhorar a sua condição humana e superar aquilo que aflige e traz sofrimento, conforme Angerrami (2012). Os resultados estão de acordo com a literatura.

A presente pesquisa evidenciou como artigo de resultado um estudo realizado por Moreira, et al (2020), onde seu trabalho não foi conclusivo por insuficiência de evidências. Porém, foi possível verificar que existem variáveis apontando que a espiritualidade tem efeitos na saúde mental e física do sujeito. Estes apontamentos estão de acordo com a literatura, onde é possível verificar com o autor Dalgarrondo (2008), afirmando que existem limitações nos estudos empíricos sobre religião, saúde mental e assuntos que se relacionem com essas dimensões, devido à

redução da abrangência através de recortes de especificidades e interpretações.

A presente pesquisa também identificou como resultado que a religiosidade e espiritualidade aparecem como constituição cultural do indivíduo. Por isso é importante levar em consideração durante todo o processo de diagnóstico, pois influencia em como o sujeito interage com o meio, sua satisfação com a vida, como lida com os problemas e possíveis questões de adoecimento. (CUNHA; SCORSOLINE-COMIN, 2019). Ratificando essa premissa, o autor Koenig (2007) descreve em sua revisão de literatura sobre os transtornos mentais graves e a dificuldade de avaliar as crenças de experiências psicóticas. No entanto, o autor ressalta que acolher a espiritualidade é um passo importante, já que a crença e a prática religiosa ajuda a lidar com o estresse psicológico e social que os transtornos podem trazer.

No artigo de resultado de Thiago, et al (2019), as estratégias de enfrentamento baseada na religiosidade incluem a utilização da espiritualidade como apoio para lidar com problemas, inclusive encontrar sentido no adoecimento. Desta forma, dentro de um processo terapêutico o indivíduo é conduzido a ir além de sua doença, mergulhando no conhecimento de si mesmo e acessando a espiritualidade que afeta de forma positiva a saúde mental. (OLIVEIRA; JUNGES, 2012).

O presente estudo também evidenciou como resultado o achado de Chaves e Gil (2015), no qual evidenciou-se que a espiritualidade beneficia o idoso em forma de superação das restrições desta fase, momentos difíceis e também promove a satisfação e positividade. Para ratificar a pesquisa citada, estudos recentes feitos em Lisboa, Portugal por Costa e Humboldt (2020) com sete participantes idosos, sendo 57% do sexo feminino e 43% do sexo masculino, com idades de 62 a 92 anos afirma, que a espiritualidade favorece o idoso no enfrentamento de problemas e dificuldades vivenciadas e sentidas, traz conforto e meios para lidar com as adversidades. Ainda de acordo com este achado a pesquisadora Margaça e Rodrigues (2019) verificou que a espiritualidade pode estar correlacionada a melhor adaptação a estresse, situações de perdas e também como promotoras de resiliência na velhice.

Costa, Resende e Siqueira (2019) evidenciam em seus estudos que a espiritualidade é eficaz independente da abordagem psicoterapêutica utilizada e que, a utilização de leitura de versículos bíblicos para ilustrar pensamentos e emoções na terapia cognitiva comportamental mostra-se efetiva. Indo de encontro, o

terapeuta cognitivo comportamental trabalha as crenças centrais e pensamentos disfuncionais, buscando de várias formas produzir mudanças nos pensamentos e no sistema de crença do sujeito, visando a melhoria da dimensão emocional e do comportamento, conforme a obra *Terapia Cognitiva: Teoria e Prática*, Beck (2007).

Como resultados da presente pesquisa, os achados de Oliveira e Pinto (2019) retratam que, a psicoterapia quando associada com a espiritualidade/religiosidade apresenta redução dos sintomas psicológicos e maiores resultados no bem-estar espiritual dos indivíduos. Além disso, a utilização de anamnese religiosa-espiritual faz com que os mesmos sejam vistos em suas dimensões bio-psico-socio-espiritual. Ainda de acordo com esses achados, os autores Campos e Ribeiro (2017) evidenciam em seus resultados que, a espiritualidade associada a psicoterapia é benéfica ao paciente. No entanto, o terapeuta precisa estar aberto, treinado e respeitar o código de ética. Os resultados de artigos identificados pela presente pesquisa estão de acordo com a literatura, no qual verificou-se que um estudo exploratório comparativo, realizado por Oliveira e Junges (2012), com dois grupos graduados em psicologia, sendo o grupo um formado por cinco profissionais do Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) e o grupo dois, formado por cinco profissionais de clínicas particulares, considera que na prática clínica, o psicólogo seja um facilitador da integração psicoterapêutica com a dimensão espiritual, que a escuta desta vivência e a capacidade do profissional psicólogo em ser afetado por esta dimensão, pode beneficiar a ter intervenções de qualidade com o sujeito no campo da espiritualidade.

Através da presente pesquisa, evidenciou-se como resultado o artigo dos autores Caribé, Casqueiro e Miranda-Scippa (2018), no qual identificaram uma relação significativa entre saúde mental e a espiritualidade. No entanto, os estudos não conseguem saber ao certo de que forma acontece essa influência. Diante desta tratativa, os autores da pesquisa de resultado argumentam com algumas hipóteses como sendo variáveis influenciadoras: Apoio social; Sentido de vida; Esperança; Hábito de vida saudável; E mudança de hábitos que podem influenciar na diminuição dos comportamentos suicidas. O artigo também mostra que dependendo de como a espiritualidade e religiosidade é exercida, as mesmas podem causar efeitos negativos, aumentando assim o índice de comportamentos suicidas (no caso da pesquisa). Além disto, também evidenciou as autoras Oliveira e Souza (2019) que a espiritualidade e religiosidade precisam fazer parte do processo terapêutico, e saber olhar para essa dimensão fará com que seja visto o que de fato contribuiu para a

promoção na saúde do sujeito, bem como o que afeta. Para finalizar os autores Amparo, et al (2008) realizaram uma pesquisa com 852 adolescentes e jovens e a espiritualidade apareceu como fator de proteção e fomentadora de resiliência, no entanto, ressaltam a importância de ser associada com o apoio familiar, apoio dos amigos, visão positiva de si mesmo, pois assim é mais efetivo a minimização do risco psicossocial.

A espiritualidade dos profissionais que prestam cuidados paliativos auxilia em oferecer conforto aos pacientes, pois a dor é controlada pelos medicamentos, mas o medo da morte e a angústia não. Neste contexto, a espiritualidade entra como recurso para pensamentos positivos, busca de respostas além de si, procura de sentido. Essas questões fazem com que o profissional se disponha a rezar aliviando a angústia do paciente, familiar e até de si próprio. (ARRIEIRA, 2018). O autor Biondo, et al (2017) afirma que a espiritualidade é vista como uma necessidade não só dos pacientes, como também de seus familiares, pois esta auxilia a enfrentar a dificuldade, mesmo quando a dificuldade seja o fim da vida. Pensando a respeito da terminalidade do ser humano, para ratificar os resultados como de encontro a literatura, Frankl (2019) argumenta acerca do sofrimento mediante a uma doença incurável, sendo possível transformar toda essa dor em triunfo e encontrar sentido mediante ao sofrimento, pois o exercício da transcendência permite essa resposta.

Como resultado da presente pesquisa, Pilger (2017) verifica sobre o bem-estar espiritual de idosos em hemodiálise, e pode concluir que apesar de suas dificuldades e limitações mediante a doença, possuir a espiritualidade auxilia num nível alto de bem-estar existencial, sendo que este se relaciona com aspectos físicos, ambientais, sociais e psicológicos. No estudo de Nunes, et al (2017), realizado com 100 idosos, verificou que ausência de doenças crônicas, sentido de vida, rede de apoio social e qualidade de vida está diretamente relacionada com crenças pessoais, religiosidade e espiritualidade, mostrando ainda que práticas espirituais auxiliam o bem-estar dos idosos longevos. Este resultado da presente pesquisa está de acordo com a literatura, pois verificou-se que outro estudo realizado com 44 idosos em atenção domiciliar, mostrou que a espiritualidade e religiosidade estavam associadas com a resiliência, visto que esta tem ligação com saúde mental. (ZANDEVALLI et al, 2020).

A presente pesquisa verificou como resultado o estudo de Zerbetto, et al (2017), verificou que a religião tem auxiliado pacientes com transtorno por uso de álcool a entender sua condição e também a sua necessidade de ser ajudado, e que

a espiritualidade promove força interior e esperança para lidar com o transtorno. Para ratificar a pesquisa citada, foi verificado um estudo descritivo correlacional com duas universidades do norte do México, utilizando 300 pessoas, onde ficou evidenciado que a prática religiosa pode servir como fator de apoio para o não consumo de álcool, propiciar relações mais harmoniosas com limites e regras e que, viver desta forma parece proteger os jovens. (YAÑEZ-CASTILLO; VILLAR-LUIS&ALONSO-CASTILLO,2018)

Simão, Chaves e Lunes (2015), como resultado do presente estudo, evidenciaram em seus estudos que angústia espiritual gera impactos negativos na saúde mental do sujeito, podendo ser identificado como perda de sentido da vida, alteração de comportamento associado com raiva ou choro, desespero, isolamento social, alienação e falta de seriedade. Para complementar o que foi apresentado e ratificar o achado com a literatura, Dalgalarrondo (2008) discorre em sua obra sobre Religião, Psicopatologia e Saúde Mental que é provável que pessoas mais afetadas por sintomas depressivos, desespero, solidão e angústia sejam as que mais procuram a dimensão espiritual e também, possivelmente, sejam as que mais busquem fortemente as soluções para as suas aflições e sofrimento.

O presente trabalho também identificou como resultado o estudo de Miranda e Felipe (2015), que verificaram que quanto maior o bem-estar espiritual e religioso, maior é a qualidade de vida em geral, e em especial ao fator psicológico. E a busca por espiritualidade é apontada como forma de enfrentamento da depressão em pacientes oncológico. Além disso, a pesquisa realizada por de Henning-Geronasso e Moré (2015), evidenciou que há possibilidade dos psicólogos em utilizar a espiritualidade/religiosidade dos clientes/paciente como recurso para conseguir a finalidade terapêutica que promova a saúde dos mesmo. Os presentes achados estão de acordo com a literatura. Para ratificar, de acordo com Peres, et al (2007), afirma que é muito importante integrar a espiritualidade, fé e religiosidade no tratamento de pacientes com doenças crônicas em sofrimento para melhorar a qualidade de vida dos mesmos.

O presente trabalho verificou como resultado os achados da pesquisa de Chaves, et al (2015), no qual os autores evidenciam que a associação da espiritualidade e saúde mental se mostrou positiva para a diminuição da ansiedade em estudantes universitários. Para ratificar o presente artigo de resultado, Leahy (2011) afirma em sua obra Livre de Ansiedade que, a ansiedade é parte da herança biológica de nossos ancestrais, sendo importante para lidar com perigos e a mesma

se torna um problema quando está em demasia, tornando-se um transtorno. O autor também afirma que no decorrer da vida, a quantidade de pessoas que será acometida pela ansiedade aumenta 30%, e indica como ferramenta o mindfulness que é uma prática de meditação oriental budista, para trabalhar a melhorias em relação a ansiedade.

11. DISCUSSÃO QUADRO 2 SOBRE COVID-19, SAÚDE MENTAL E ESPIRITUALIDADE

O presente estudo verificou o trabalho da autora Crepaldi, et al (2020), no qual verificou que rituais de despedidas são essenciais para a ressignificação da perda do enlutado, porém durante a pandemia do covid-19 esses ritos não são possíveis devido ao alto grau de contágio da doença, gerando mais desgastes emocionais. A espiritualidade não surge como resolução, mas como auxílio para este processo, ajudando as famílias na elaboração de perda. A corroborar com este descrito, segundo Silva, et al (2020), a espiritualidade é inerente ao ser humano, valorizar este aspecto dos pacientes que contraíram a covid-19 e seus familiares geram bem-estar, sentido de vida e equilíbrio. Os autores ainda ressaltam a importância do olhar para os pacientes sob cuidados paliativos, pois esses também possuem o direito de receber uma atenção na espiritualidade já que esta pode aliviar o sofrimento. Para ratificar estes achados, a Fiocruz (2020) afirma que a pandemia covid-19 traz prejuízos significativos para a saúde mental de quem enfrenta a perda, e por isso é importante utilizar os recursos espirituais possíveis como o contato virtual com líderes religiosos. No caso de um ritual fúnebre alternativo, sugerem-se missas e cultos on-line, declarações virtuais e fotografias que auxiliará na despedida.

A presente pesquisa aponta como artigo de resultado o trabalho de Hott (2020), o qual aponta para estudos que mostram o quanto a pandemia tem prejudicado as pessoas aumentando o risco de desenvolverem transtornos de ansiedade, depressão e estresse. O autor afirma que a pandemia da covid-19 é uma oportunidade para entrar em contato com a espiritualidade, sendo que a espiritualidade é um fator imprescindível para continuar lutando pela vida. Para ratificar o presente achado, o estudo de Porreca (2020) afirma que a pandemia não trouxe apenas problemas, mais também oportunidades de se refazer, de olhar além de si, de acessar a espiritualidade e religiosidade, pois elas fazem parte de alguns recursos que produzem a esperança, a força, as experiências individuais e com o outro, a proteção e ainda permite que o sujeito encare a realidade proporcionando um encontro de sentido.

A presente pesquisa verificou como artigo de resultado o estudo transversal realizado por Corrêa, et al (2020), no qual aponta que os impactos psicológicos (estresse, depressão e ansiedade) causados pela pandemia podem ser amenizados quando há uma frequência de práticas de yoga (prática holística/espiritualista originária da Índia). Corroborando com esses achados, Oliveira, Lima e Farias (2020) mostram em sua reflexão que a yoga integra o ser humano com seu corpo, mente e o lado espiritual. Além do mais, essa prática integrativa complementar reduz o nível de estresse e ansiedade, promovendo a autoestima, bem-estar e minimização de sentimentos ruins.

O presente estudo evidenciou a pesquisa de Oliveira, et al (2020), onde foi identificado relatos de enfermeiros acerca da fé, a esperança, crença na ciência e o altruísmo como sendo formas de mecanismos de superação e adaptação a situação da pandemia do covid-19. De encontro com este achado, a pesquisa de Scorsolini-comin, et al (2020), recomenda que a espiritualidade e a religiosidade sejam utilizadas em tempos de pandemia como recursos de promoção a saúde, pois auxiliam nos momentos de dor e na melhor aceitação da vivência, mantendo o senso crítico da realidade. Para ratificar esses achados, uma pesquisa recente de método quantitativo e transversal realizada na Colômbia, utilizando 116 enfermeiros que trabalham em UTI com emergências do covid-19 afirma que, o alto índice de bem-estar espiritual no enfermeiro é uma fortaleza que lhe serve de auxílio e manutenção da saúde mental e maior capacidade de enfrentamento da crise pandêmica. (RUIZ-ROA, 2021).

Os estudos de Magalhães, et al (2020) apontam que o luto dos familiares de pessoas vítimas do covid-19 torna-se complicado e podendo ir ao adoecimento psíquico, devido ao distanciamento social e a ausência de rituais, desfavorecendo a experiência natural do luto e que o fortalecimento de redes religiosas espiritualista é uma forma de obter apoio e sustentação emocional. Indo de encontro com o estudo apontado no resultado da presente pesquisa, o Manual de Cuidados Paliativos, da Academia Nacional de Cuidados Paliativos (2009), afirma ser importante os profissionais em cuidados dessa área abordarem a religiosidade e espiritualidade, que ritos de passagens são celebrações que marca a transições da vida e que não existe superação do ente querido sem a experiência do luto.

No estudo de Zanon (2020), identificado na presente pesquisa, verificou que os achados da Psicologia Positiva podem ajudar na diminuição dos efeitos negativos relacionados ao isolamento social que a pandemia da covid-19 está acarretando através da promoção da autocompaixão, criatividade, otimismo e bem-estar obtidas por meios de meditação da atenção plena (prática espiritual budista). Para complementar os achados, Seligman (2019), fundador da Psicologia Positiva, verificou que pessoas que acreditam em uma força superior possuem mais bem-estar do aquelas que não acreditam, o que está de acordo com a literatura.

A pesquisa de Tavares (2020), como resultado do presente estudo, identificou que diante da pandemia covid-19 onde há um sofrimento coletivo, a espiritualidade fornece subsídio para acreditar em dias melhores, resiliência, capacidade de reflexão e um senso de humanidade coletivo. Corroborando com esse achado, sabe-se que diante de crises mundiais independente da origem, a espiritualidade fornece recursos para o desenvolvimento da resiliência coletiva e capacidade de enfrentar situações adversas. (CAFEZEIRO et al, 2020).

12. CONCLUSÕES

A presente pesquisa teve como objetivo identificar quais impactos a espiritualidade pode apresentar para saúde mental dos indivíduos e também as variáveis entre espiritualidade e saúde mental em relação a pandemia da Covid-19.

A espiritualidade encontra-se estreitamente relacionada com o bem-estar psíquico do indivíduo, visto que auxilia na prevenção e promoção da saúde mental. (AMPARO et al, 2008; OLIVEIRA; SOUZA, 2019). Além disso a espiritualidade fornece ao indivíduo recursos para desenvolver a resiliência, ter esperança em meio ao caos, sentido de vida e desenvolver senso de humanidade para com o próximo.

Em se tratando da pandemia da covid-19 observa-se que este cenário tem aumentado os impactos negativos na saúde mental das pessoas podendo levá-las a desencadear depressão, ansiedade e alto nível de estresse. (CORRÊA et al, 2020). Sendo assim, a espiritualidade exercida promove bem-estar psicológico, pois traz esperança, conforto e significado para o momento vivido.

Vale ressaltar que apesar de o sujeito ser bio-psico-socio-espiritual, há grande dificuldade de os profissionais da saúde reconhecerem a dimensão espiritual do

paciente, bem como os psicólogos, pois estes também enfrentam essa dificuldade as vezes por não receber um preparo durante a graduação. (OLIVEIRA; JUNGES, 2012). Desta forma, entende-se que quando a espiritualidade do sujeito é olhada, esta promove saúde mental e recursos para enfrentar doenças e problemas cotidianos.

Este estudo teve como limitação as poucas pesquisas realizadas no idioma português entre os anos de 2015 a 2021. Como sugestão propõe-se a expansão das pesquisas a nível internacional e o reconhecimento dessa dimensão nas universidades, podendo assim preparar o profissional para trabalhar com a espiritualidade dos pacientes, pois este é um recurso essencial para saúde física e mental.

REFERÊNCIAS

- ACADEMIA DE CUIDADOS PALIATIVOS. **Manual de cuidados paliativos**. Rio de Janeiro: Diagraphic, 2009.
- AMPARO, Deise Matos *et al.* Adolescentes e jovens em situação de risco psicossocial: redes de apoio social e fatores pessoais de proteção. **Estudos de Psicologia**. Natal, v.13, p. 165-174, ago./2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/epsic/a/gsdKxqMDzFXQDjr5TVSvqbp/?lang=pt>. Acesso em: 08 de mai. de 2021.
- ANGERAMI, Valdemar Augusto. **Psicossomática e suas interfaces: o processo silencioso do adoecimento**. São Paulo: Cengage Learning, 2012.
- ARRIEIRA, Isabel Cristina de Oliveira *et al.* Espiritualidade nos cuidados paliativos: experiência vivida de uma equipe interdisciplinar. **Rev Esc Enferm USP** . 2018;52:e03312. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/rRzH3886NYD5SThYX3pdLfR/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 18 de set. de 2021.
- BECK, Judith S. **Terapia cognitiva: teoria e prática**. Porto Alegre: Artmed, 2007
- BEZERRA JR, Benilton. Desafios da reforma psiquiátrica no Brasil. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 17, n. 2, p. 243-250, nov./2007. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-73312007000200002. Acesso em: 02 de out. de 2020.
- BIBLIOTECA VIRTUAL PEARSON. JUNG. C.G. **Espiritualidade e transcendência**. Seleção e edição Brigitte Dorst. Petrópolis: Vozes, 2015. Disponível em: <https://plataforma.bvirtual.com.br/>. Acesso em: 16 de set. de 2020.
- BIONDO, Chrisne Santana; FERRAZ, Mariana Oliveira Antunes; SILVA, Mara Lucia Miranda; YARID, Sérgio Donha. Espiritualidade nos serviços de urgência e emergência. **Revista Bioética**. 25 (3) • Sep-Dec 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/bioet/a/YbBHkLwFtjib5WPWGSySYmy/?lang=pt>. Acesso em: 18 de Set. de 2021.
- BRAGHETTA, Camilla Casaletti *et al.* Espiritualidade, saúde e suas aplicações práticas: desenvolvimento do programa de saúde, espiritualidade e religiosidade. **HU Revista**, Juiz de Fora, v. 44, n. 4, p. 507-514, out. / dez. 2018. Disponível em: <https://periodicos.uff.br/index.php/hurevista/article/view/26389/20063>. Acesso em 11 de set. de 2020.
- CAFEZEIRO, Amanda Sales *et al.* A espiritualidade no enfrentamento de crises globais. **Revista Pró-UniverSUS**. Bahia, v. 11, n.2, p. 168-173, 2020. Disponível em: <http://editora.universidaedevassouras.edu.br/index.php/RPU/article/view/2367>. Acesso em 28 de jun. e 2021.
- CAMPOS, Aline Ferreira, RIBEIRO, Jorge Ponciano. Psicoterapia e Espiritualidade: da Gestalt-Terapia à Pesquisa Contemporânea. **Rev. da Abordagem Gestáltica: PhenomenologicalStudies**. Goiânia, v. 23, n. 2, p. 211-218, ago./ 2017. Disponível

em: <https://www.redalyc.org/pdf/3577/357752154009.pdf>. Acesso em 30 de out. de 2020.

CARIBÉ, André C; CASQUEIRO, Juliana; MIRANDA- SCIPPA. **Suicídio e Espiritualidade**. **HU Revista**, Juiz de Fora, v. 44, n. 4, p. 431-436, out./ dez. 2018. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/hurevista/article/view/16978/19849>. Acesso em: 08 de mai. de 2021.

CHAVES, Erika de Cássia Lopes *et al.* Ansiedade e espiritualidade em estudantes universitários: um estudo transversal. **Revista brasileira de enfermagem**. Brasília, v. 68, p. 504-509, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/MBK4J58g4f9Jw3nrXGRLHGx/?lang=pt>. Acesso em 08 de mai. 2021.

CHAVES, Lindanor Jacó; GIL, Claudia Aranha. Concepções de idosos sobre espiritualidade relacionada ao envelhecimento e qualidade de vida. **Ciência & Saúde Coletiva**, São Paulo, v. 20, p. 3641-3652, dez./ 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/M5tYKv5tV6tHjFQ8zrphpc/?lang=pt>. Acesso em: 08 de mai. 2021.

CONSELHO REGIONAL DE PSICOLOGIA DE SÃO PAULO. **Laicidade, religião, direitos humanos e políticas públicas**, v. 1. São Paulo: CRP, 2016. *E-book*. Disponível em: <https://www.crsp.org/uploads/impresso/2900/nligbrLIPPxEuRI-ppL5l7BEi3y6AGkQ.pdf>. Acesso em: 20 de set. De 2020.

CORRÊA, Cinthia Andriota *et al.* Níveis de estresse, ansiedade, depressão e fatores associados durante a pandemia de COVID-19 em praticantes de Yoga. *v Bras Ativ Fís Saúde*. São Paulo, 2020;25:e0118. Disponível em: <https://www.rbafs.org.br/RBAFS/article/view/14288/11053>. Acesso em: 18 de Set. de 2021.

COSTA, Andrea; HUMBOLDT, Sofia von. A espiritualidade e as doenças crônicas nos idosos-estudo exploratório em idosos. Lisboa, **Psicologia, Saúde & Doenças**, v. 21, n. 1, p. 69-74, abr./ 2020. Disponível em: http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1645-00862020000100011&lang=pt Acesso em: 29 de mai. de 2021.

COSTA, Marianna; SIQUEIRA, Janaína; RESENDE, Pedro Henrique Costa. . Psicoterapia integrada à espiritualidade. **HU Revista**, Juiz de Fora, v. 44, n. 4, p. 481-489, 2018. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/hurevista/article/view/25827/20175>. Acesso em 30 de out. De 2020.

CREPALDI, Maria Aparecida *et al.* Terminalidade, morte e luto na pandemia de COVID-19: demandas psicológicas emergentes e implicações práticas. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 37, mai./ 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/LRmfcnxMXwrbCtWSxJKwBkm/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 09 de mai. de 2021.

CUNHA, Vivian Fukumasu da; SCORSOLINI-COMIN, Fabio. A dimensão religiosidade/espiritualidade na Prática Clínica: revisão Integrativa da literatura científica. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v. 35, 2019. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722019000100519&lang=pt. Acesso em: 08 de mai.de 2021.

DAL-FARRA, Rossano André; GEREMIA, César. Educação em saúde e espiritualidade: proposições metodológicas. **Revista brasileira de educação médica**, v. 34, p. 587-597, 2010.

DAL-FARRA, Rossano André; GEREMIA, César. **Educação em saúde e espiritualidade**: proposições metodológicas. Revista brasileira de educação médica, Canoas, v. 34, p. 587-597, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rbem/v34n4/v34n4a15.pdf>. Acesso em: 24 de set. de 2020.

DALGALARRONDO, Paulo. **Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2008.

DALGALARRONDO, Paulo. **Religião, psicopatologia e saúde mental** - Porto Alegre: Artmed, 2008.

FIOCRUZ. **Artigo analisa os impactos da Covid-19 na saúde mental**. 2020. Disponível em: <https://portal.fiocruz.br/noticia/artigo-analisa-os-impactos-da-covid-19-na-saude-mental>. Acesso em: 02 de out. de 2020.

FIOCRUZ. **Saúde Mental e atenção psicossocial na pandemia COVID-19: Processo de luto no contexto da COVID-19**. 2020. Disponível em: <https://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/04/Sa%c3%bade-Mental-e-Aten%c3%a7%c3%a3o-Psicossocial-na-Pandemia-Covid-19-processo-de-luto-no-contexto-da-Covid-19.pdf>. Acesso em: 16 de jun. De 2021.

FIOCRUZ. **Saúde Mental**. [2020?]. Disponível em: <https://pensesus.fiocruz.br/saude-mental>. Acesso em: 08 de set. de 2020.

FRANKL, Viktor Emil. **A presença ignorada de Deus**. 20ª. edição. São Leopoldo, RS: Editora Sinodal; Petrópolis: Editora Vozes, 2019.

FRANKL, Viktor Emil. **Um sentido para a vida: psicoterapia e humanismo**. Aparecida: Editora Ideias & Letras, 2019.

GUIMARÃES, Hélio Penna; AVEZUM, Álvaro. O impacto da espiritualidade na saúde física. **Rev. Psiq. Clín**, São Paulo, v. 34, p. 88-97, 2007. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-60832007000700012. Acesso em: 11 de set. de 2020.

HENNING-GERONASSO, Martha Caroline; MORÉ, Carmen Leontina Ojeda Ocampo. Influência da religiosidade/espiritualidade no contexto psicoterapêutico. **Psicologia: Ciência e Profissão**, Santa Catarina, v. 35, p. 711-725, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/pcp/v35n3/1982-3703-pcp-35-3-0711.pdf>. Acesso em 20 de out. de 2020.

HOTT, Márden Cardoso Miranda. COVID-19: a espiritualidade harmonizando saúde mental e física. *J. Health Biol Sci. Belo Horizonte*, 2020;8(1):1-3. Disponível em:

<https://periodicos.unichristus.edu.br/jhbs/article/view/3549/1203>. Acesso em: 18 de Set. de 2021

IRIGARAY, Tatiana Quarti. **Promovendo qualidade de vida em tempos de pandemia: um manual para idosos e seus cuidadores**. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2020. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Valeria_Gonzatti/publication/342870249_Promovendo_Qualidade_de_Vida_em_Tempos_de_Pandemia_um_Manual_para_Idosos_e_seus_Cuidadores/links/5f09d763a6fdcc4ca45e3a4f/Promovendo-Qualidade-de-Vida-em-Tempos-de-Pandemia-um-Manual-para-Idosos-e-seus-Cuidadores.pdf. Acesso em: 02 de out. de 2020.

KOENIG, Harold G. Religião, espiritualidade e transtornos psicóticos. Tradução: Alexandre Augusto Macêdo Corrêa. **Rev. Psiq. Clín.** 34, supl 1; 95-104, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpc/a/WQtchtzDZGPMs4p9mdz3PWb/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 30 de mai. de 2021.

KOVÁCS, Maria Júlia. 2007. **espiritualidade e psicologia – cuidados compartilhados**. o mundo da saúde. São Paulo, SP. Disponível em: https://www.saocamilo-sp.br/pdf/mundo_saude/53/12_Espiritualidade.pdf. Acesso em: 09 de set. de 2020. LEAHY, Robert L.. **Livre de Ansiedade**. Porto Alegre : Artmed, 2011.

LEAHY, Robert L. **Livre de Ansiedade**. Porto Alegre: Artmed, 2011.

LIMA, Ana Karla Bezerra da Silva *et al.* **Pandemia da covid-19: Implicações para a saúde e qualidade de vida**. João Pessoa, 2020. Disponível em: <http://temasemsaude.com/wp-content/uploads/2020/08/20covid4.pdf>. Acesso em: 29 de set. de 2020.

MAGALHÃES, Julia Renata Fernandes de et al. Implicações sociais e de saúde que acometem pessoas elutadas pela morte de familiares por covid-19. *Rev. baiana enferm.* vol.34 Salvador 2020 Epub 18-Nov-2020. Disponível em: http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2178-86502020000100505. Acesso em: 18 de Set. de 2021.

MARGAÇA, Clara; RODRIGUES, Donizete. Espiritualidade resiliência na adultez e velhice: Uma revisão. **Fractal: Revista de Psicologia**, Salamanca, v. 31, p. 150-157. 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/fractal/a/gHLFrMkHJQ6zmWVqDsx6SCz/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 14 de jul. de 2021.

MASCARENHAS, Sidnei Augusto. **Metodologia científica**. São Paulo: Pearson Education do Brasil, 2012.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **O que é a covid-19** [2020]. Disponível em: <https://coronavirus.saude.gov.br/sobre-a-doenca>. Acesso em: 23 de set. de 2020.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Resultados preliminares de pesquisa sobre saúde mental são divulgados.** 2020. Disponível em <https://www.gov.br/casacivil/pt-br/assuntos/noticias/2020/setembro/resultados-preliminares-de-pesquisa-sobre-saude-mental-sao-divulgados>. Acesso em: 30 de set. de 2020.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Saúde mental e atenção psicossocial na covid-19: recomendações para gestores.** FIOCRUZ, 2020. Disponível em <https://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/04/Sa%c3%bade-Mental-e-Aten%c3%a7%c3%a3o-Psicossocial-na-Pandemia-Covid-19-recomenda%c3%a7%c3%b5es-para-gestores.pdf>. Acesso em: 02 de out. de 2020.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **O que é pandemia.** FIOCRUZ, [2020] Disponível em <https://www.bio.fiocruz.br/index.php/br/noticias/1763-o-que-e-uma-pandemia>. Acesso em: 23 de set. de 2020.

MIRANDA, Sirlene Lopes de; LANNA, Maria dos Anjos Lara; FELIPPE, Wanderley Chieppe. Espiritualidade, depressão e qualidade de vida no enfrentamento do câncer: estudo exploratório. **Psicologia: Ciência e profissão**, São Paulo, v. 35, p. 870-885, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/wqhfszB3mxmBbM4PpczVVTk/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 08 de mai. de 2021.

MONTEIRO, Daiane Daitx *et al.* Espiritualidade/religiosidade e saúde mental no Brasil: uma revisão. **Boletim-Academia Paulista de Psicologia**, São Paulo v. 40, n. 98, p. 129-139, jan./jun. 2020. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-711X2020000100014. Acesso em: 08 de mai. 2021.

MOREIRA, Wanderson Carneiro *et al.* Efeitos da associação entre espiritualidade, religiosidade e atividade física na saúde/saúde mental: revisão sistemática. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 54, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/K9SV9wbjLjXRfPcxj66gSgr/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 08 de mai. 2021.

NASCIMENTO, Ananda Kenney da Cunha; CALDAS, Marcus Túlio. Dimensão espiritual e psicologia: a busca pela inteireza. *Revista de abordagem Gestáltica*. Goiânia, vol.26 no.1, jan./abr. 2020. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672020000100008. Acesso em: 18 de Set. de 2021.

NUNES, Marília Gabrielle Santos *et al.* Idosos longevos: avaliação da qualidade de vida no domínio da espiritualidade, da religiosidade e de crenças pessoais. **Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 41, p. 1102-1115, out./dez. 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/tnJvCQZWHxBQkj4zmYrf3cf/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 08 de mai. de 2021.

OLIVEIRA, Eliany Nazaré *et al.* Projeto Vida em Quarentena: estratégia para promoção da saúde mental de enfermeiros diante da COVID-19. *Enferm. Foco*, Ceará, 2020; 11 (1) Especial: 162-167. Disponível em: <http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/3741/820>. Acesso em: 18 de Set. de 2021.

OLIVEIRA, Fabrício Henrique Alves de Oliveira; PINTO, Alexandre de Rezende. **Psiquiatria e espiritualidade: em busca da formulação bio-psico-socio-espiritual do caso.** **HU Revista**, Juiz de Fora, p. 447-454, out./dez. 2018. Disponível em: <<https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/03/1051362/28020-textos-fonte-117391-2-10-20200302.pdf>> Acesso em: 08 de mai. de 2021.

OLIVEIRA, Fernanda Pimentel de; LIMA, Maria Raquel da Silva; FARIAS, Francisca Lucélia Ribeiro de. **Terapias integrativas e complementares em situações emocionais na pandemia do COVID-19.** **Revista Interdisciplinar**, Fortaleza, v. 13, n. 1, p. 24, 2020. Disponível em: https://revistainterdisciplinar.uninovafapi.edu.br/index.php/revinter/article/view/1778/pdf_462. Acesso em 16 de jun. De 2021.

OLIVEIRA, Márcia Regina; JUNGES, José Roque. **Saúde mental e espiritualidade/religiosidade: a visão de psicólogos.** **Estudos de Psicologia**, Natal, v. 17, n. 3, p. 469-476, dez./ 2012. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2012000300016&lng=pt&tlng=pt. Acesso em: 08 de set. de 2020.

OLIVEIRA, Vívian Hagen Antônio; SOUZA, Márcia Helena Fávero. **Espiritualidade da criança e do adolescente na prática clínica.** **HU Revista**, Juiz de Fora, v. 44, n. 4, p. 461-468, Juiz de Fora, out./dez. 2018. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/hurevista/article/view/25862/20213>. Acesso em: 08 de mai. de 2021.

Organização Pan-Americana de Saúde. **Dia mundial da saúde mental: uma oportunidade para dar o pontapé inicial em uma grande escala de investimentos.** OPAS, 2020. Disponível em https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6263:dia-mundial-da-saude-mental-uma-oportunidade-para-dar-o-pontape-inicial-em-uma-grande-escala-de-investimentos&Itemid=839 Acesso em: 02 de set. de 2020.

Organização Pan-Americana de Saúde. **Folha informativa - Depressão.** OPAS, 2018. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5635:folha-informativa-depressao&Itemid=1095. Acesso em: 02 de out. de 2020.

Organização Pan-Americana de Saúde. **Folha informativa - saúde mental dos adolescentes.** OPAS, 2018. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5779:folha-informativa-saude-mental-dos-adolescentes&Itemid=839. Acesso em: 01 de out. de 2020.

Organização Pan-Americana de Saúde. **Folha informativa - transtornos mentais.** OPAS, 2018. Disponível em https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5652:folha-informativa-transtornos-mentais&Itemid=839 Acesso em 29 de set. de 2020.

Organização Pan-Americana de Saúde. **Investimentos em saúde mental devem aumentar para atender às necessidades atuais das Américas.** OPAS, 2019. Disponível em:

https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5882:investimentos-em-saude-mental-devem-aumentar-para-atender-as-necessidades-atuais-das-americas&Itemid=839. Acesso em: 30 de set. de 2020.

PANZINI, Raquel Gehrke *et al.* Qualidade de vida e espiritualidade. **Archives of Clinical Psychiatry**, São Paulo, v. 34, p. 105-115, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpc/a/BwhXyQkp9yCL38fJ9g6pdFf/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 24 de set. de 2020.

PERES, Mario F. Peres *et al.* A importância da integração da espiritualidade e da religiosidade no manejo da dor e dos cuidados paliativos. **Archives of Clinical Psychiatry**, São Paulo, v. 34, p. 82-87, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rpc/v34s1/a11v34s1.pdf>. Acesso em 27 de set. de 2020.

PILGER, Calíope *et al.* Bem estar espiritual e qualidade de vida de idosos em tratamento hemodialítico. **Revista Brasileira de Enfermagem**, jul./ago. 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/fmyxsMPB4YCLNNmxMGk3w7G/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 12 de jun. 2021.

PORRECA, Wladimir. Espiritualidade/Religiosidade: Possíveis campanhas nos desafios pandêmicos - Covid-19. **Caderno de Administração**, Maringá, v.28, n. Ed. Esp. P. 141-146, jun./ 2020. Disponível em: <https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/CadAdm/article/view/53632/751375150151>. Acesso em: 16 de jun. de 2021.

RASHID, Tayyab; SELIGMAN, Martin. **Psicoterapia positiva: manual do terapeuta**. Tradução Sandra Maria Mallmann da Rosa - Porto Alegre: Artmed, 2019.

REINALDO, Amanda Márcia dos Santos; SANTOS, Raquel Lana Fernandes dos. Religião e transtornos mentais na perspectiva de profissionais de saúde, pacientes psiquiátricos e seus familiares. **Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 40, p. 162-171, jul./ set. 2016. Disponível em: Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/psQ8XpyKdh4zmjNV4CF8BYw/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em 08 de mai. de 2021.

RIBEIRO, Cláudio de Oliveira; ABIJAUDI, André Yuri Gomes. Espiritualidade em tempos de pandemia. In: PIEPER, Frederico; MENDES, Danilo. **Religião em tempos de crise**. São Bernardo do Campo: Ambigrama, 2020. *E-book*. Disponível em: https://www2.ufjf.br/ppcir/wp-content/uploads/sites/145/2020/09/Religiao_em_tempos_de_Crise-livro-final.pdf. Acesso em 28 de set. de 2020.

RUIZ-ROA, Silvia Liliana. Bienestar espiritual de enfermeros de las unidades de cuidado intensivo en pandemia. **Revista Ciencia y Cuidado**, Colômbia, v. 18, n. 2, p. 8-18, mai./ 2021. Disponível em: <https://revistas.ufps.edu.co/index.php/cienciaycuidado/article/view/2849/>. Acesso em: 24 de jun. de 2021

ROEMER, Lizabeth; ORSILLO, Susan. **A prática da terapia cognitivo-comportamental baseada em mindfulness e aceitação**. Maria Adriana Veronese - Porto Alegre: Artmed, 2010.

ROLIM, Josiane Alves; OLIVEIRA, Aldecir Ramos de; BATISTA, Eraldo Carlos. Manejo da Ansiedade no Enfrentamento da Covid-19. **Revista Enfermagem e Saúde Coletiva-REVESC**, Faculdade São Paulo – FSP, v. 5, n. 1, p. 64-74, 2020. Disponível em: <https://www.revesc.org/index.php/revesc/article/view/63> Acesso em: 02 de out. de 2020.

SAAD, Marcelo.; MASIERO, Danilo; BATTISTELLA, Linamara Rizzi. Espiritualidade baseada em evidências. *Acta Fisiátrica*, São Paulo, v. 8, n. 3, p. 107-112, 2001. Disponível em: <http://www.revistas.usp.br/actafisiatrica/article/view/102355/100673>. Acesso em: 24 de set. de 2020.

SALIMENA, Anna Maria de Oliveira et al. Compreensão da espiritualidade para os portadores de transtorno mental: contribuições para o cuidado de enfermagem. **Revista Gaúcha de enfermagem**, Porto Alegre, v. 37, Porto Alegre, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rngen/a/CFKjpXGRTVLV7MPzymTrGVM/?lang=pt>. Acesso em 08 de mai. 2021.

SANTOS, Paola; GOUVEIA, José; OLIVEIRA, Margareth. **Terapias comportamentais de terceira geração: guia para profissionais**. Novo Friburgo: Sinopsys, 2015.

SCORSOLINI-COMIN, Fabio et al. A religiosidade/espiritualidade como recurso no enfrentamento da COVID-19. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, Ribeirão Preto, v. 10, 2020. Disponível em: <http://seer.ufsj.edu.br/index.php/recom/article/view/3723/2459>. Acesso em: 09 de mai. de 2021.

SELIGMAN, Martin E. P. **Felicidade autêntica: use a psicologia positiva para alcançar todo o seu potencial**. Tradução Neuza Capelo, 2º ed. Rio de Janeiro: Objetiva, 2019.

SILVA, Maria da Conceição Quirino dos Santos da et al. O processo de morrer e morte de pacientes com covid-19: Uma reflexão à luz da espiritualidade. **Cogitare enferm.** Bahia, 2020. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/73571/pdf>. Acesso em 18 de Set. de 2021.

SILVA JUNIOR, Sergio Vital da et al. Dimensões psicológica e espiritual de pais de crianças vivendo com HIV e AIDS. **Nursing**, São Paulo, p. 3672-3677, 2020. Disponível em: <http://www.revistanursing.com.br/revistas/263/pg15.pdf>. Acesso em: 08 de mai. 2021.

SIMÃO, Manoel J. Pereira. Psicologia transpessoal e a espiritualidade. **O Mundo da Saúde**. São Paulo, v. 34, n. 4, p. 508-519, 2010. Disponível em: https://www.saocamilo-sp.br/pdf/mundo_saude/79/508a519.pdf . Acesso em: 15 de set. de 2020.

SIMÃO, Manoel José Pereira.; SALDANHA, Vera. Resiliência e Psicologia Transpessoal: fortalecimento de valores, ações e espiritualidade. **O Mundo da Saúde**. São Paulo, v. 36, n. 2, p. 291-302, 2012. Disponível em: https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/63222972/Resiliencia_e_Psicologia_Transpessoal- Fortalecimento_de_valores_acoes_e_espiritualidade20200506-61524-ri24jg-with-cover-page-v2.pdf?Expires=1633576342&Signature=eCMtuoRKtL23ftcnz6QO2UYI1L59rAVU7-8XDSTQN1HD7En-nse8vMtBYA-JksoVOEWDsXQObS2EWae0Y5XVYHWyiaBKKGM0djd3EzPuUn1xEHbFPP1vwKxXijqb3-aBiEiGaTqrXtwY9sfbE-G5QDHWKHOrjZDj-Q506gWK-m-IfYzbB50KLAspLoesmDSI~3Zz0R81RqWBjDLYNKcZ4i6MX9NO4PEifb6wjeOqLrjeinKdggcXtr2u9rwiKcXqC3SK6TMqykjWCxyGmbi7D7~953gcWgjf8Zd75wkeMqQq-sF5nJMzUGM~Ud17rKPKh~m8N8GXGNGbY-3ocWtQ_&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA. Acesso em: 29 de mai. de 2021.

SIMÃO, Talita Prado; CHAVES, Erika de Cássia Lopes; LUNES, Denise Hollanda. Angústia espiritual: a busca por novas evidências. **Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online**, Rio de Janeiro, v. 7, n. 2, p. 2591-2602, abr./ jun. 2015. Disponível em: http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/3369/pdf_1566. Acesso em: 08 de mai. de 2021.

TAVARES, Cássia Quelho. Dimensões do cuidado na perspectiva da espiritualidade durante a pandemia pelo novo coronavírus (COVID-19). **Journal Health NPEPS**. v. 5, n. 1, p. 1-4, jan./ jun. 2020. Disponível em: <https://periodicos.unemat.br/index.php/jhnpeps/article/view/4517>. Acesso em: 02 de out. de 2020.

THIENGO, Priscila Cristina da Silva et al. Espiritualidade e Religiosidade no cuidado em saúde: Revisão integrativa. **Cogitare enferm**. vol.24 Curitiba 2019 Epub 02-Set-2019. Disponível em: http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-85362019000100508. Acesso em: 18 de Set. de 2021.

YAÑEZ-CASTILLO, Brenda Guadalupe; VILLAR-LUIS, Margarita Antonia; ALONSO-CASTILLO, Maria Magdalena. Espiritualidade, autotranscendência e consumo de álcool em estudantes universitários. **Journal health NPEPS**, Tamaulipas, v. 3, n. 1, p. 5-21, 2018. Disponível em: <https://periodicos.unemat.br/index.php/jhnpeps/article/view/2736>. Acesso em: 15 de jun. de 2021.

ZANDAVALLI, Rafaela Brugalli et al. Espiritualidade e resiliência na atenção domiciliar. **Revista Brasileira Medicina e Família e Comunidade**. Rio de Janeiro, v. 15, n. 42, p. 2213-2213, jan./ dez. 2020. Disponível em: <https://rbmfc.org.br/rbmfc/article/view/2213/1538>. Acesso em 15 de jun. De 2021.

ZANON, Cristian et al. COVID-19: implicações e aplicações da Psicologia Positiva em tempos de pandemia. **Estudos de Psicologia**, Campinas v. 37, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/3tQXhvv3vJ8b6LtyCZbghmr/?lang=pt>. Acesso em: 09 de mai. de 2021.

ZERBETTO, Sonia Regina et al. **Religiosidade e espiritualidade: mecanismos de influência positiva sobre a vida e tratamento do alcoolista**. Escola Anna Nery, v. 21, Rio de Janeiro, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ean/a/Jq3yrvvNZHxFFGc4jRNtqrj/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 08 e mai. de 2021.