



## O PAPEL DA ESPIRITUALIDADE NA PREVENÇÃO DE SUICÍDIOS

KEYTI MARRONY BARBOSA DE LARA; LETÍCIA GABRIELLY ANGELO ROCHA;  
PRISCILA SALES DA COSTA; AMANDA KAROLYNE BARBOSA CAVALCANTE;  
ANA ELISA RONDON LEVINO

### RESUMO

**Introdução:** O suicídio é uma preocupação séria em termos de saúde global, com causas complexas e multifatoriais que demandam uma abordagem diversificada na prevenção. Nesse contexto, a dimensão espiritual pode desempenhar um papel crucial, oferecendo apoio emocional e um senso de conexão com algo maior que o indivíduo. Isso, por sua vez, pode fortalecer a resiliência, renovar a esperança e promover um estilo de vida mais saudável, impactando de maneira positiva o bem-estar físico, mental e cultural. **Objetivo:** Verificar a influência da espiritualidade na prevenção do suicídio. **Metodologia:** Foi realizada uma revisão de literatura com os descritores “suicídio”, “espiritualidade” e “prevenção” nas ferramentas de pesquisa acadêmica PUBMED e SCIELO, utilizando uma janela temporal de 2003 a 2023, nas línguas inglesa e portuguesa. **Resultados:** A espiritualidade oferece apoio emocional e conexão com algo maior, fortalecendo a resiliência dos indivíduos. O suicídio, por sua vez, é um problema global de saúde associado a fatores biológicos e psicológicos, relacionados ao contexto sócio-econômico. Dentro desse contexto, a espiritualidade pode desempenhar um papel importante na prevenção do suicídio, visto que proporciona um propósito na vida e também a habilidade de enfrentar emoções negativas, como culpa, raiva e ansiedade. Isso é de suma importância para pessoas que enfrentam dificuldades emocionais, ajudando a diminuir a probabilidade de suicídio. **Conclusão:** A espiritualidade, ao fornecer apoio emocional e um senso de conexão com algo maior, desempenha um papel relevante na promoção do bem-estar e na redução do risco de suicídio.

**Palavras-chaves:** Prudência; Psicologia; Religiosidade; Influência; Emocional.

## 1 INTRODUÇÃO

Suicídio é o ato intencional de se matar. De acordo com dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), estima-se que a cada 40 segundos uma pessoa morre por suicídio em algum lugar do mundo. Logo, é considerado um grave problema de saúde. A etiologia do suicídio é complexa e multifatorial, consequentemente, múltiplas ações podem ser realizadas para preveni-lo. A prática da dimensão espiritual pode ser poderosa quando utilizada, como um suporte positivo para a prevenção do suicídio, visto que é um importante artifício no cuidado de pessoas em sofrimento mental. A espiritualidade tem impacto benéfico para a vida, já que desperta um sentimento de conexão com algo maior que si próprio (Saad et al., 2001; Volcan, 2003). A espiritualidade é capaz de fazer com que a pessoa em vulnerabilidade psíquica considere os fatos, permaneça confiante e esperançosa para sua recuperação, além de

contribuir para um estilo de vida mais saudável, ela influencia o completo bem-estar físico, mental e cultural. A partir dessas considerações, o objetivo do presente estudo é verificar a influência da espiritualidade na prevenção do suicídio.

## 2 METODOLOGIA

O estudo apresentado a seguir se trata de uma revisão de literatura cujo objetivo é analisar o papel da espiritualidade na prevenção de suicídios. Para isso, foi realizada uma pesquisa nos bancos de dados Scientific Eletronic Library Online (SciELO) e National Library of Medicine (PUBMED) e, utilizando palavras-chave específicas, como “Spirituality”, “Prevention”, “Suicide” e seus respectivos equivalentes em português, sendo incluídos artigos nas línguas portuguesa e inglesa. A janela temporal utilizada foi de 2003 a 2023. Os artigos selecionados passaram por um processo de triagem, onde o critério de inclusão principal era a abordagem da relação entre espiritualidade e suicídio.

## 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A espiritualidade não está necessariamente ligada a uma religião específica, mas, sim, ao modo como o sujeito procura viver. Essa dimensão espiritual foi considerada por muito tempo como algo patológico. Ao se traçar uma retrospectiva histórica da Idade Média, por exemplo, a manifestação de espiritualidade era vista como bruxaria ou doença mental. No contexto atual, a espiritualidade se coloca como inerente à natureza humana, fazendo parte da vida da maioria das pessoas. Para uma melhor compreensão, torna-se relevante definir os termos “espiritualidade” e “religiosidade”. Embora haja controvérsias na literatura sobre a conceituação, utilizou-se as definições propostas pelos pesquisadores Koenig, McCullough e Larson (2001), que definem espiritualidade como a relação com o sagrado ou o transcendente (Deus, poder superior, realidade última) e religiosidade como um sistema organizado de crenças, práticas e símbolos desenvolvidos para facilitar a proximidade com o sagrado ou transcendente (MONTEIRO et al., 2020).

Nesse viés, concerne a análise literária sobre o papel da espiritualidade na prevenção do suicídio, o qual é um fenômeno humano complexo, universal, e representa um grande problema de saúde pública em todo o mundo (VIDAL; GONTIJO, 2013). O suicídio é um problema com várias causas. É uma ação que está ligada a fatores biológicos e psicológicos, associados ao contexto sócio-econômico. Entretanto, a despeito da abundante produção científica sobre o assunto, as pesquisas já realizadas parecem não estar contribuindo para a redução da incidência dos casos, pelo contrário, há uma tendência de aumento em vários países (ABREU, 2015).

Comportamento suicida é definido como uma ação na qual o indivíduo inflige-se dano (autoagressão), não importando o nível ou a razão genuína da ação. Uma definição ampla dessa forma permite que se conceitue o comportamento suicida por meio de um contínuo: os pensamentos de autodestruição, a autoagressão, manifestada por gestos suicidas e tentativas de suicídio, e, finalmente, o próprio suicídio (ABREU et al., 2010). Uma pesquisa que abordou dez histórias clínicas de casos de Tentativa de Suicídio (TS), em pacientes adolescentes, revelou que a maioria deles era proveniente de lares desestruturados, predominantemente por separação dos pais, e que a tentativa ocorreu com maior frequência após discussão com pessoas importantes no núcleo sociofamiliar (FICHER; VANSAN, 2008).

Uma pesquisa que abordou dez histórias clínicas de casos de TS em pacientes adolescentes revelou que a maioria deles era proveniente de lares desestruturados, predominantemente por separação dos pais, e que a tentativa ocorreu com maior frequência após discussão com pessoas importantes no núcleo sociofamiliar (FICHER; VANSAN, 2008).

Quanto aos eventos estressantes, estes podem estar relacionados à ausência de apoio social. Estudos têm demonstrado os efeitos deletérios da ausência de suporte social em situações estressantes, como a morte de pessoas íntimas, separação conjugal, desemprego ou qualquer mudança nociva no ambiente (FONSECA et al., 2010).

A relação entre religião e suicídio é complicada porque tanto a religião como o suicídio são construções complexas. A religião tem muitas dimensões (afiliação, participação, doutrina), assim como o suicídio (ideação, tentativa, conclusão) (LAWRENCE et al., 2016). Já a espiritualidade é um sentimento pessoal, que estimula um interesse pelos outros e por si, um sentido de significado da vida capaz de fazer suportar sentimentos debilitantes de culpa, raiva e ansiedade. Tem relação com a reflexão e a busca pessoal sobre o significado da vida com relação ao sagrado, que podem ou não estar atreladas a uma religião.

O cultivo da espiritualidade é uma forma essencial de autocuidado que deve ser levado em consideração, visto que a maior parte das pessoas são religiosas e possuem necessidades espirituais (KOENIG, 2007). A espiritualidade, proporcionada por práticas religiosas, significa um apoio socioemocional para enfrentar situações difíceis e estressantes (BONELLI et al., 2012), entre elas, a ideação suicida. Nesse sentido, o indivíduo que inclui ações espirituais no seu estilo de vida, fortalece a conexão com uma entidade sagrada/divina. Em meio a isso, o ser humano desenvolve uma perspectiva confiante de vida, pois deposita a sua crença neste ser transcendental, que representa um porto seguro, um agente que lhe dará amparo em suas dificuldades, permitindo superar obstáculos.

Um estudo feito nos Estados Unidos, com pacientes em estágio avançado de câncer, constatou a presença de ideação suicida em 29,9% dos pacientes sem filiação religiosa, ao passo que a taxa era de apenas 7,7% entre pacientes com filiação religiosa (SPENCER et al., 2012). Além disso, a crença em Deus, independentemente de possuir filiação religiosa, também promove resultados positivos, como melhor resposta do indivíduo em tratamentos psiquiátricos (ROSMARIN et al., 2013). Tais situações denotam o auxílio da espiritualidade no enfrentamento de enfermidades e de problemas psicossociais.

As intervenções espirituais são cruciais para a prevenção ao suicídio, pois fomentam a crença do indivíduo sobre a melhora de sua vida, o que favorece a motivação e emoção em formas poderosas (KOENIG, 2007). Nessa perspectiva, é fundamental a detecção de grupos prioritários compostos por indivíduos com alta propensão ao suicídio, como dependentes químicos, desempregados, moradores de rua, presidiários, vítimas de abuso sexual, pessoas em processo de luto e idosos.

Além disso, é essencial adotar uma perspectiva mais integrada, reconhecendo o ser humano como um ser "bio-psico-sócio-espiritual". Isso implica considerar a interconexão da espiritualidade com várias dimensões da vida, onde o bem-estar espiritual se manifesta como uma experiência que oferece suporte emocional (MARQUES, 2011). Dessa forma, os grupos vulneráveis precisam ser envolvidos por ações de respaldo espiritual, como reuniões comunitárias de apoio mútuo, serviços de atenção biopsicossocial e médica integrativos, terapias alternativas e serviços de capelania hospitalar. A esse respeito, pessoas que participaram de programas que incluíram a espiritualidade no cuidado da saúde mental relataram melhora do humor, redução dos sintomas de ansiedade e depressão, calma, clareza mental e melhores relacionamentos (MORITZ et al., 2011), o que evidencia o poder de melhora da espiritualidade no estado socioemocional do indivíduo, protegendo-o de ideações suicidas.

Ainda dentro dessa conjuntura, os profissionais da saúde, além de exercerem habilidades clínicas, devem ser prestadores de cuidados espiritualmente conscientes e expressar interesse na religiosidade ou espiritualidade dos seus pacientes (ALLEN, 2013). A postura profissional também requer que o prestador de serviço não imponha as suas próprias convicções de mundo ao interagir com o indivíduo, sendo elas religiosas ou não (OLIVEIRA;

REZENDE, 2020). Com efeito, mediante essas ações, o profissional executa a identificação de necessidades espirituais de uma pessoa, o que ajuda no seu encaminhamento para avaliações e intervenções apropriadas (WEBER; PARGAMENT, 2014).

A coleta da história espiritual também é essencial para o acolhimento do paciente, devendo o profissional realizar perguntas que foquem na crença da pessoa atendida, além de manifestar sensibilidade e respeito (GOMI et al., 2014). Os prestadores também podem realizar contato com os membros da comunidade religiosa da pessoa em tratamento, a fim de conhecer e solicitar os recursos pastorais disponíveis e realizar um trabalho em conjunto para melhor atendimento do cidadão (KOENIG, 2007). Dentro desse contexto, estudos apontam que intervenções religiosas e espirituais, que envolviam psicoterapia baseada em aspectos religiosos e espirituais, meditações e serviços pastorais, promoveram reduções significativas de ansiedade e depressão entre as pessoas participantes (GONÇALVES et al., 2015).

#### 4 CONCLUSÃO

O artigo demonstrou que a espiritualidade, ao fornecer apoio emocional e um senso de conexão com algo maior, desempenha um papel relevante na promoção do bem-estar e na redução do risco de suicídio. É importante ressaltar que a forma como cada indivíduo vivencia sua espiritualidade é única, e não há uma abordagem universal para a prevenção do suicídio. Dessa forma, é essencial abordar o suicídio de maneira holística, considerando fatores espirituais, psicológicos, sociais e médicos, para desenvolver estratégias eficazes de prevenção. Uma compreensão mais profunda sobre a espiritualidade e seu impacto na saúde mental é fundamental para enriquecer as abordagens de prevenção ao suicídio. Embora o suicídio continue a ser um desafio complexo e multifacetado, a incorporação da espiritualidade como um componente da análise e intervenção pode contribuir para uma abordagem mais holística e compassiva para a prevenção desse fenômeno.

#### REFERÊNCIAS

ABREU, K. P. et al. Comportamento suicida: fatores de risco e intervenções preventivas. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 12, n. 1, p. 195-200, 2010.

ALLEN J. G. Esperança no apego humano e na conexão espiritual. **Bull Menninger Clínica**, v.77, p.302-331, 2013.

ANDRADE, M. B. T. et al . O nexó entre religiosidade/espiritualidade e o comportamento suicida em jovens. **SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog**, Ribeirão Preto, v. 16, n.4, p.109-121, 2020.

BONELLI, R. et al. Religious and spiritual factors in depression: **Review and integration of the research**. *Depression research and treatment*, v. 2012, p. 1–8, 2012.

FÉLIX, T. A; OLIVEIRA, E. N; LOPES, M. V; PARENTE, J. R. F; DIAS, M. S; MOREIRA, R. M. M. Fatores de risco para tentativa de suicídio: produção de conhecimento no Brasil. **Revista Contexto & Saúde**, v. 16, n. 31, p. 173–185, 2016. Supl. 1.

FICHER, A. M. F. T; VANSAN, G. A. Tentativas de suicídio em jovens: aspectos epidemiológicos dos casos atendidos no setor de urgências psiquiátricas de um hospital geral universitário entre 1988 e 2004. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 25, n. 3, p. 361-374, 2008.

FONSECA, D. L. et al. Apoio social, eventos estressantes e depressão em casos de tentativa de suicídio: um estudo de caso-controle realizado em um hospital de emergência do Rio de Janeiro. **Cadernos de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 18, n. 2, p. 217- 228, 2010.

GOMI, S; Starnino, V. R; Canda, E. R. Avaliação espiritual na recuperação da saúde mental. **Saúde Mental Comunitária**, v.50, p.447-453, 2014.

GONÇALVES, J. P. B. et al. Religious and spiritual interventions in mental health care: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled clinical trials. **Psychological Medicine**, London, v. 45, n. 14, p. 2937-2949, 2015.

KOENIG, H. G. Spirituality in patient care. Why, how, when, and what. 2. ed. Philadelphia: **Templeton Foundation Press**, 2007.

LAWRENCE, R. E; OQUENDO, M. A; STANLEY, B. Religion and Suicide Risk: A Systematic Review. **Arch Suicide Res**, v.20, n.1, p. 1-21, 2016.

MARQUES, L. F. A saúde e o bem-estar espiritual em adultos porto-alegrenses. **Revista Psicologia: Ciência e Profissão**, Brasília/DF, v.23, n.2, p.56-65, 2003.

MONTEIRO, D. D. et al. Espiritualidade/religiosidade e saúde mental no Brasil: uma revisão. **Boletim-Academia Paulista de Psicologia**, v. 40, n. 98, p. 129-139, 2020.

MORITZ, S. et al. A spirituality teaching program for depression: Qualitative findings on cognitive and emotional change. **Complementary therapies in medicine**, v. 19, n. 4, p. 201–207, 2011.

OLIVEIRA, F. H; DE REZENDE PINTO, A. Psiquiatria e espiritualidade: em busca da formulação bio-psico-socio-espiritual do caso: Aplicações práticas. **HU Revista**, v. 44, n. 4, p. 447–454, 2020. Supl. 1.

PANZINI, R. G; et al. Qualidade de vida e espiritualidade. **Archives of Clinical Psychiatry**, São Paulo, v. 34, p. 105–115, 2007.

ROSMARIN, D. H; et al. A test of faith in God and treatment: The relationship of belief in God to psychiatric treatment outcomes. **Journal of affective disorders**, v. 146, n. 3, p. 441–446, 2013.

SPENCER, R. J; et al. Clinical correlates of suicidal thoughts in patients with advanced cancer. **The American journal of geriatric psychiatry: official journal of the American Association for Geriatric Psychiatry**, v. 20, n. 4, p. 327–336, 2012.

VIDAL, C. E. L; GONTIJO, E. D. Tentativas de suicídio e o acolhimento nos serviços de urgência: a percepção de quem tenta. **Cadernos Saúde Coletiva**, v.21, n. 2, p. 108-114, 2013.

WEBER, S. R; PARGAMENT, K. I. The role of religion and spirituality in mental health. **Curr Opin Psychiatry**, v. 27, n.5, p.358-363, 2014.