

AUTOR(ES): LUIS FELIPE MARINHO COSTA, ANNE BEATRIZ ARAÚJO OLIVEIRA, VIVIANE BRAGA LIMA FERNANDES, MARILIA FONSECA ROCHA, KARINA ANDRADE DE PRINCE e MARISE FAGUNDES SILVEIRA.

ORIENTADOR(A): LUÇANDRA RAMOS ESPÍRITO SANTO

A INFLUÊNCIA DA RELIGIOSIDADE E ESPIRITUALIDADE NO COTIDIANO DE ACADÊMICOS DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR.

Introdução

A universidade é considerada um espaço de desenvolvimento dos indivíduos, uma vez que promove a ampliação de suas capacidades e competências profissionais. Entretanto, tal período é marcado por momentos de mudanças na vida do estudante, com novas demandas e uma necessidade de adaptação a esta nova realidade, fazendo com que muitas vezes seja vivenciado com sofrimento psíquico, impactando diretamente na saúde mental dos estudantes (ARIÑO; OMELLAS; PATTA, 2018). Diante disso, a saúde mental dos discentes do ensino superior tem decrescido de forma significativa, pois estima-se que 8 a 15% dos estudantes universitários irão apresentar algum tipo de transtorno psiquiátrico durante sua formação acadêmica, sendo mais expressivas a depressão e ansiedade (VASCONCELOS et al., 2015).

Frente às dificuldades que os acadêmicos encontram para lidar com tais problemas, vários pesquisadores trabalham para identificar estratégias eficazes para promover uma melhor saúde mental para esses estudantes, com os estudos que envolvem espiritualidade e religiosidade obtendo gradativo espaço (CARLOTTO, 2013).

Foram realizados estudos com o objetivo de avaliar como a espiritualidade e a religiosidade influenciam na saúde mental, sendo apontadas como possíveis meios de busca de melhores tratamentos, diminuições do sofrimento e usadas como estratégias para enfrentamento de problemas. Vários estudos têm demonstrado que, as práticas espirituais podem beneficiar diversos aspectos da saúde física e mental (FRADELOS et al., 2019).

Devido à incidência significativa de problemas de saúde mental no meio universitário e aos efeitos das práticas religiosas frente a eles, o objetivo deste estudo foi avaliar a religiosidade e espiritualidade dos estudantes de uma Universidade pública, bem como seus fatores associados.

Material e Métodos

Tratou-se de um estudo descritivo com delineamento transversal de abordagem quantitativa. A pesquisa foi realizada na Universidade Estadual de Montes Claros, Minas Gerais, Brasil. Participaram um total de 300 acadêmicos, regularmente matriculados, que aceitaram participar da pesquisa através da concordância com o termo de consentimento livre e esclarecido, e que apresentam condição de cognição e comunicação. Foi feito um cálculo amostral e, a partir dele, foram aplicados 74 questionários para os acadêmicos de Engenharia Civil, 130 no curso de Direito e 96 no curso de Medicina. Os dados foram obtidos inicialmente pela aplicação de questionários físicos e posteriormente pela internet através da plataforma *Google Forms*. Foi utilizado um questionário sociodemográfico, composto por 19 perguntas fechadas, assim como, a escala de *Coping* Religioso-Espiritual Breve (CREBreve).

O *Coping* religioso/espiritual (CRE), trata-se de uma escala de 14 itens sobre o enfrentamento religioso criado por Pargament et al. (2011), e é dividida em duas subescalas, cada uma composta por sete itens, a primeira indica o nível de CRE Positivo (CREP) praticado pelo avaliado; e a segunda dimensão estabelece o nível de CRE Negativo (CREN). O CRE total (CRETOT) indica a quantidade total de CRE praticada pelo avaliado, por meio da média entre o Índice

CREP e a média das respostas invertidas do CREN. Portanto, $CRETOT = Média [CREP / CREN \text{ Invertido}]$. A escala foi adaptada e validada à cultura brasileira por Esperandio et al. (2018), seguindo o padrão da Escala Longa (87 itens) e da Escala Breve (49 itens) de Panzini e Bandeira (2005). A ferramenta mostra os conceitos de enfrentamento espiritual / religioso e estresse, e solicita que o participante descreva em poucas palavras uma das situações mais estressantes vivenciadas nos últimos três anos. As opções de resposta são registradas usando uma escala *Likert* de cinco pontos (1 = nem um pouco / não aplicável; 5 = muito / muito aplicável). Os parâmetros utilizados para análise dos valores das médias de CRE quanto a sua utilização pelo respondente são: nenhuma ou irrisória: 1,00 a 1,50; baixa: 1,51 a 2,50; média: 2,51 a 3,50; alta: 3,51 a 4,50; altíssima: 4,51 a 5,00 (PANZINI; BANDEIRA, 2005).

O estudo obedeceu aos preceitos éticos definidos pelo Conselho Nacional de Saúde através da resolução 466/2012 para realização de pesquisa em seres humanos. Levando-se em consideração a ética em pesquisa, os indivíduos participantes foram informados quanto à identificação e o sigilo dos dados coletados, dos objetivos da pesquisa e da não obrigatoriedade de participação. Este estudo foi aprovado pelo comitê de ética da Unimontes conforme parecer número 3.521.325/2019.

Resultados

Quanto às características dos entrevistados, no que tange à faixa etária, a maioria estava entre 18 e 29 anos (91,6%), sendo 55,7% do sexo feminino. Quanto à variável cor, a maioria se declarou pardo(50,6%) e branco(37%). A maior parte era dependente financeiramente (84,6%) bem como apresentavam renda familiar de 1 a 3 salários mínimos como predominante (38,6%). Além disso, 65% moravam com os pais. Quanto à prática de atividade física, 62,6% afirmaram praticar, sendo que destes, 29% mais de três vezes por semana. Em relação ao tabagismo, 86% não são fumantes e 90% afirmaram não conviver com fumantes diariamente. Sobre as horas dormidas, 70,3% afirmaram dormir entre seis e oito horas por dia e quando responderam sobre uso de medicação, 71,3% não fazem uso sendo a principal medicação, entre as relatadas, para ansiedade (8%). Apenas 15% afirmaram possuir doença gástrica e 32,3% exercem atividade laboral, sendo que, a maioria com carga horária semanal menor que 10 horas. Sobre o consumo de álcool, 49% afirmaram fazê-lo e 32% apenas uma vez por semana.

No que tange ao *Coping*, obtido através do CREBreve, notou-se que o *Coping* Positivo possuiu média de 2,9 e o *Coping* Negativo média de 1,64. A partir dessas duas subescalas foi obtida a média do *Coping* Total = 3,67 (Tab. 1), que pode ser classificada como alta, por possuir um valor entre 3,51 e 4,50, valores de referência nesta classificação (PANZINI; BANDEIRA, 2005). Este valor compreende uma relação de maior uso da religião, espiritualidade ou fé na lida com o estresse pelos acadêmicos. A razão CREN/CREP, por sua vez, possuiu valor 0,56 (Tab. 1) o que indica que a prática do *Coping* positivo prevaleceu sobre a prática do *Coping* negativo, indicando também, um uso positivo da prática do CRE. O fato de o *Coping* total encontrado ser considerado alto entre os acadêmicos da universidade coloca o grupo de acordo com a tendência encontrada, entre diversas amostras, em diferentes situações de estresse de vida (STROPPA; ALMEIDA, 2008).

Nesse sentido, o estudo corroborou o que a literatura relata sobre a influência da religiosidade na saúde do sujeito, bem como, com a importância da avaliação do *Coping* para investigação de fenômenos relativos à saúde mental, sobretudo no contexto universitário, um ambiente propício ao desenvolvimento de estresse pela elevada carga cognitiva a qual os estudantes são submetidos. Assim, vários estudos enfatizam o desempenho da religião e da religiosidade como fator de proteção à saúde, dando mais eficiência ao processo curativo (KOENING; GEORGE; PETERSON, 1998) e prevenindo a recaída de acometimentos mentais, como a depressão (MILLER et al., 1997).

Esses resultados, por sua vez, corroboram com estudos anteriores. Uma pesquisa feita com 588 estudantes universitários em Portugal concluiu que a religiosidade é uma importante aliada no desenvolvimento da satisfação com a vida e que esse fenômeno exerce influência na adoção da estratégia a ser utilizada para o enfrentamento de um problema (FLEURY et al., 2018). Outro estudo transversal com 464 universitários das áreas de medicina e de direito, verificou que a maioria dos alunos (80%) afirma possuir uma crença espiritual ou religião e 86,5% realizam uma ou mais atividades espirituais (oração, leitura de textos espirituais e outras). Dessa forma, a pesquisa mostrou que o bem-estar espiritual atua como fator protetor para transtornos psiquiátricos menores, um achado que evidencia os

efeitos benéficos do *Coping* frente às dificuldades mais prevalentes no âmbito da academia. Já aqueles indivíduos que possuíam crença espiritual baixa e moderada apresentaram o dobro de chances de possuir transtornos psiquiátricos menores (VOLCAN et al., 2003). Levando-se em consideração que cerca de 8 a 15% dos estudantes universitários apresentam sintomas de ansiedade e depressão e que esses transtornos psíquicos decorrem predominantemente dos fatores estressores inerentes à boa parte dos cursos universitários, têm-se evidências de que a espiritualidade, por estar menos relacionada aos sintomas de ansiedade e depressão entre os universitários, está associada à maior facilidade e capacidade de enfrentamento de fatores estressores desse período (VASCONCELOS et al., 2015).

Conclusão

O Coping qualifica-se como uma variável muito útil para a investigação das relações entre religião/espiritualidade e práticas acadêmicas, pela sua capacidade de estudo de estratégias negativas e positivas que permitem elucidar as ambiguidades presentes nessa relação.

Nota-se, portanto, um alto uso do Coping, bem como a prevalência do Coping Positivo sobre o Coping Negativo pelos acadêmicos, o que evidencia que tais indivíduos encontram na mesma uma melhor forma de enfrentamento dos desafios e sobrecargas diários e, sendo assim, uma forma de conforto e auxílio em seu dia-a-dia.

Agradecimentos:

Agradecemos ao Programa de Iniciação Científica da Unimontes (PROINIC).

Referências

- ARIÑO, Daniela Ornellas; BARDAGI, Marúcia Patta. Relação entre fatores acadêmicos e a saúde mental de estudantes universitários. **Revista Psicologia em Pesquisa**, v. 12, n. 3, 2018. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1982-12472018000300005&lng=en&nrm=iso. Acessado em: 04 Out. 2020.
- CARLOTTO, Rodrigo Carvalho. Espiritualidade e sintomatologia depressiva em estudantes universitários brasileiros. **Revista de Psicologia da UNESP**, v. 12, n. 2, p. 50-60, 2013. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/revpsico/v12n2/a04.pdf>. Acessado em: 04 Set. 2020.
- FRADELOS, Evangelos C. et al. Factors Associated with Psychological Distress in University Students and the Relation to Emotional Intelligent and Spirituality: a Cross-sectional Study. **Materia Socio-medica**, v. 31, n. 4, p. 262, 2019. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7007606/>. Acessado em: 04 Out. 2020.
- FLEURY, Luis Felipe de Oliveira et al. Religiosidade, estratégias de coping e satisfação com a vida: Verificação de um modelo de influência em estudantes universitários. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, n. 20, p. 51-57, 2018. Disponível em: http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1647-21602018000300007&lng=en&nrm=iso. Acessado em: 04 Out. 2020.
- KOENIG, H.G.; GEORGE, L.K.; PETERSON, B.L. Religiosity and remission of depression in medically ill older patients. **American Journal of Psychiatry**, v. 155, n. 4, p. 536-542, 1998. Disponível em: https://ajp.psychiatryonline.org/doi/10.1176/ajp.155.4.536?url_ver=Z39.88-2003&rft_id=ori%3Arid%3Aacrossref.org&rft_dat=cr_pub++0pubmed&lng=en&nrm=iso. Acessado em: 04 Out. 2020.
- MILLER, Lisa et al. Religiosity and depression: Ten-year follow-up of depressed mothers and offspring. **Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry**, v. 36, n. 10, p. 1416-1425, 1997. Disponível em: [https://www.jaacap.org/article/S0890-8567\(09\)63284-6/pdf](https://www.jaacap.org/article/S0890-8567(09)63284-6/pdf). Acessado em: 04 Set. 2020.
- PANZINI, Raquel Gehrke; BANDEIRA, Denise Ruschel. Coping (enfrentamento) religioso/espiritual. **Rev. psiquiatr. clín.**, São Paulo, v. 34, supl. 1, p. 126-135, 2007. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-60832007000700016&lng=en&nrm=iso>. Acessado em: 27 Set. 2020.
- STROPPA, André; MOREIRA-ALMEIDA, Alexander. Religiosidade e saúde. **Saúde e espiritualidade: uma nova visão da medicina**. Belo Horizonte: Inede, p. 427-443, 2008. Disponível em: http://www.espiritualidades.com.br/Artigos/M_autores/MOREIRA-ALMEIDA_Alexander_et-STROPPA_Andre_tit_Religiosidade_e_Saude.pdf. Acessado em: 04 Set. 2020.
- VASCONCELOS, Tatheane Couto de et al. Prevalência de sintomas de ansiedade e depressão em estudantes de medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 39, n. 1, p. 135-142, 2015. http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022015000100135&lng=en&nrm=iso. Acessado em: 04 Out. 2020.

VOLCAN, Sandra Maria Alexandre et al. Relação entre bem-estar espiritual e transtornos psiquiátricos menores: estudo transversal. **Revista Saúde Pública**, São Paulo, v. 37, n. 4, p. 440-445, Ago. 2003. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102003000400008&lng=en&nrm=iso>. Acessado em: 04 Out. 2020.

Tabela 1. Escores do *Coping* Religioso Espiritual entre os estudantes dos três cursos avaliados. Montes Claros, MG, 2020.

Estatística Descritiva		
Coping	Valores de referência (Mín.-Máx.)	Média
Positivo	(1 - 5)	2,9
Negativo	(1 - 5)	1,64
Razão Negativo/Positivo	(0,2 -5)	0,56
Total	(0,2 - 5)	3,67