ANAIS XVI CICURV, 2022,P.X-Y
ISSN: 2179-0574

XVII CICURV
Congresso de Iniciação Científica da Universidade de Rio Verde

A influência da espiritualidade na saúde mental e física dos acadêmicos de medicina

Thayser Nayarah Estanislau Sousa[1], Adriano Martins Rodrigues[2], Letícia Floro Gondim[2], Carolina Veras Mendes[2], Ana Paula Fontana[3]

[1] Graduanda do curso de Medicina da Universidade de Rio Verde. Aluna de Iniciação Científica – PIVIC. thaysernayarah@gmail.com
[2] Graduando do curso de Medicina da Universidade de Rio Verde.
[3] Orientadora, Profa. Dra. da Faculdade de Medicina, Universidade de Rio Verde. fontanaenfermagem@gmail.com

Reitor:
Prof. Me. Alberto Barella Netto

Pró-Reitor de Pesquisa e Inovação:
Prof. Dr. Carlos César E. de Menezes

Editor Geral:
Prof. Dr. Fábio Henrique Baia

Editor de Seção:
Profa. Dra. Andrea Sayuri Silveira Dias Terada
Prof. Dr. Hidelberto Matos Silva

Correspondência:
Profa. Dra. Lidiane Bernardes Faria Vilela

Fomento:
Programa PIBIC/PIVIC UniRV/ CNPq 2021-2022

Resumo: Crenças e práticas religiosas e espirituais desempenham um papel importante na vida dos indivíduos. Tanto a espiritualidade quanto a religiosidade, estão geralmente associadas a uma melhor saúde mental e física, influenciando também no bem-estar psicológico, no desempenho acadêmico e profissional da pessoa. Com isso, foi necessário investigar uma possível relação entre a espiritualidade e a saúde mental e física dos universitários do curso de medicina, visto que, vários estudos demonstraram que os estudantes de medicina foram os que mais desenvolveram problemas de bem-estar mental. Tratou-se, portanto, de um estudo analítico observacional transversal com abordagem quantitativa descritiva, a partir de informações coletadas através de questionários autoaplicáveis, que foram aplicados a todos os acadêmicos de medicina da Universidade de Rio Verde. Com base nos dados apresentados, percebe-se que há uma relação entre a espiritualidade e a religiosidade, pois todos com uma maior religiosidade possuem uma maior espiritualidade; uma relação entre a religiosidade e a religião (todos que têm uma maior religiosidade possuem uma religião); e também há uma relação entre a espiritualidade e a saúde mental, pois a maioria dos que possuem uma melhor saúde mental são os que também apresentam uma maior espiritualidade. Além disso, depreende-se que a espiritualidade não tem relação com as variáveis sociodemográficas analisadas, que a espiritualidade não influencia significativamente na saúde física, e que há um déficit na saúde mental destes acadêmicos. Conclui-se então, que a espiritualidade influencia na saúde mental dos discentes de medicina, mas que há uma necessidade de demais estudos nesse campo.

Palavras-chave: Espiritualidade. Estudantes. Medicina. Saúde.

The influence of spirituality on the mental and physical health of medical students

Abstract: Religious and spiritual beliefs and practices play an important role in the lives of individuals. Both spirituality and religiosity are generally associated with better mental and physical health, also influencing psychological well-being, academic and professional performance of the

UniRV
Universidade de Rio Verde

person. Thus, it was necessary to investigate a possible relationship between spirituality and the mental and physical health of medical students, since several studies have shown that medical students were the ones who most developed mental well-being problems. Therefore, it was a cross-sectional observational analytical study with a descriptive quantitative approach, based on information collected through self-administered questionnaires, which were applied to all medical students at the University of Rio Verde. Based on the data presented, it is clear that there is a relationship between spirituality and religiosity, as everyone with greater religiosity has greater spirituality; a relationship between religiosity and religion (everyone who has a greater religiosity has a religion); and there is also a relationship between spirituality and mental health, as most of those who have better mental health are also those who have greater spirituality. In addition, it appears that spirituality is not related to the sociodemographic variables analyzed, that spirituality does not significantly influence physical health, and that there is a deficit in the mental health of these students. It is concluded, then, that spirituality influences the mental health of medical students, but that there is a need for further studies in this field.

Key words: Health. Medicine. Spirituality. Students.

Introdução

Crenças e práticas religiosas e espirituais (R/S) desempenham um papel importante na vida dos indivíduos, a exemplo dos Estados Unidos (EUA), com 91% dos adultos relatando crença em Deus ou em um poder superior. Enquanto alguns indicadores de R/S, como a crença confiante em Deus e a presença religiosa, têm visto declínios modestos nas últimas décadas, outros, como a crença em uma vida após a morte, têm apresentado aumentos modestos (KENT et al., 2020).

A religiosidade envolve práticas, crenças e rituais relacionados ao transcendente, ou seja, um poder superior. Geralmente, as religiões possuem crenças específicas sobre a vida após a morte e regras acerca de comportamento dentro de um grupo social. Por definição, religiosidade é a extensão à qual um indivíduo acredita, segue e pratica uma religião e geralmente essas crenças influenciam a forma que as pessoas procuram viver suas vidas e lidar com o outro (ZIDKOVA et al., 2020).

Por outro lado, a espiritualidade é um conceito mais complexo. Espiritualidade é sobre as relações com o sagrado ou transcendente, a conexão com um poder superior ou ser supremo, buscar um sentido na vida (VITORINO et al., 2018). É um sistema interno de crenças que inclui uma conexão com o que um indivíduo sente ser sagrado e transcendente, e em sentido mais abrangente normalmente envolve uma busca de significado e propósito na vida (ZIDKOVA et al., 2020). Um conceito mais amplo define a espiritualidade como o aspecto da humanidade que além do modo como os indivíduos buscam e expressam propósito e significado, também a maneira como experimentam sua conexão com o momento, com a si mesmo, com os outros, com a natureza e com o sagrado. Essas diferentes definições foram alvo de discussão por vários autores nas últimas décadas, não se obtendo consenso (VITORINO et al., 2018).

Buscando compreender melhor esses conceitos e se eles são relevantes na prática clínica, alguns estudos começaram a investigar se há diferenças entre aqueles com níveis mais elevados de religiosidade, mas níveis mais baixos de espiritualidade e aqueles com níveis mais elevados de espiritualidade e níveis mais baixos de religiosidade. No entanto, a literatura permanece muito controversa em relação a este tema. Alguns autores descobriram que aqueles com altos níveis de religiosidade, mas baixos níveis de espiritualidade apresentaram melhores desfechos de saúde (baixa prevalência de uso de substâncias e álcool, e menores níveis de ansiedade, fobia e outros transtornos mentais). Por outro lado, outros autores apontam exatamente o oposto, mostrando que indivíduos com altos níveis de espiritualidade, mesmo com baixos níveis de religiosidade, estavam associados a uma melhor saúde (melhor funcionamento físico, QV, estado de saúde autorrelatado e menos sintomas depressivos (VITORINO et al., 2018).

Os trabalhos apontam também para a importância da religião privada e da espiritualidade para a saúde mental e geral dos indivíduos, e sugerem que médicos, prestadores de serviços de saúde pública e profissionais de cuidados religiosos podem considerar de que maneira as crenças e práticas existentes dessa população podem informar estratégias de prevenção e tratamento de doenças (KENT et al., 2020). Além disso, tanto a espiritualidade quanto a religiosidade, estão geralmente associadas a uma melhor saúde mental, influenciando resultados positivos em saúde mental, bem-estar psicológico e aprendizagem acadêmica (ZIDKOVA

et al., 2020). Entretanto não existem muitos estudos correlacionando espiritualidade e saúde em acadêmicos de medicina.

Essa necessidade de investigar e conhecer uma possível relação entre a espiritualidade e a saúde mental e física dos universitários do curso de medicina, justifica-se visto que, vários estudos demonstram que os estudantes de medicina são os que mais desenvolvem problemas de bem-estar mental, esgotamento e problemas de saúde mental, levando a uma saúde física mais precária, quando comparados com estudantes de outros cursos (CHATTU et al., 2020; TORALES et al., 2019; WILKES et al., 2019; MASRI et al., 2019; PACHECO et al., 2017). Além disso, esses problemas podem prejudicar no aprendizado, no desempenho acadêmico e a longo prazo na competência profissional (CHATTU et al., 2020; WILKES et al., 2019). Já a espiritualidade, vários estudos têm mostrado a relação positiva entre espiritualidade e saúde, abrangendo saúde mental e saúde física (PICCININI et al., 2021; LIMA et al., 2020; SHATTUCK; MUEHLENBEIN, 2020; SHIELDS & BALBONI, 2020; TURKE et al., 2020; ZIDKOVA et al., 2020; KENT et al., 2019; VITORINO et al., 2018). Apesar de ser um conceito com raízes antigas, a espiritualidade possui relevância contemporânea para a saúde mental, e sua avaliação em populações de jovens tem se mostrado um imenso desafio (MICHAELSON et al., 2019).

Sendo assim, a pesquisa foi desenvolvida com objetivo principal de verificar se há essa relação entre espiritualidade e saúde e ainda traçar o perfil desses estudantes, garantindo assim que a sociedade científica e as instituições de ensino superior em medicina reconheçam a necessidade de mais estudos sobre essa relação, para uma possível melhora da saúde mental e física dos universitários de medicina, e consequentemente uma melhora significativa no desempenho acadêmico e profissional.

Material e Métodos

O presente trabalho trata-se de um estudo analítico observacional transversal com abordagem quantitativa descritiva, a partir de informações coletadas através de questionários autoaplicáveis, acompanhados da anuência do termo de consentimento. O projeto de pesquisa foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da universidade de Rio Verde (CEP) para aprovação dos procedimentos a serem adotados, conforme as normas regulamentadoras de pesquisa envolvendo seres humanos da Resolução n° 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (Brasil, 2012), tendo sido aprovado (CAAE: 47228621.0.0000.5077).

Após a aprovação, a pesquisa foi iniciada. Optou-se pela aplicação de um questionário geral, via Google Forms, devido ao cenário de pandemia de COVID-19, no qual a aplicabilidade da pesquisa de forma presencial se tornou inviável e por isso a aplicação dos questionários foi realizada por meio virtual, respeitando a carta circular n° 1/2021 - CONEP/SECNS/MS que determina orientações para procedimentos em pesquisas com qualquer etapa em ambiente virtual para elaboração do TCLE.

O questionário geral foi composto por 3 questionários diferentes: o primeiro é sociodemográfico e clínico, criado pelos pesquisadores desta pesquisa (com 41 questões, sendo dividas em 3 etapas – identificação; aspectos socioeconômicos e religiosos; e saúde física e mental); o segundo é uma avaliação pela escala de ARES (Escala de Atitudes Relacionadas à Espiritualidade), elaborada por Braghetta (2017), em São Paulo, com 11 afirmações com 5 alternativas cada, aplicadas no modelo Likert; e o terceiro é um questionário com 16 questões acerca da religiosidade de cada participante, produzido e adaptado pelos autores desta pesquisa, a partir da Escala CRE – Escala de Coping Religioso-Espiritual (PANZINI, 2004), que é uma tradução e adaptação para o Brasil da Escala RCOPE.

Os critérios de inclusão adotados pelo estudo foram: serem alunos que estão matriculados regularmente no curso de graduação em medicina das Faculdades de Medicina da Universidade de Rio Verde, de ambos os sexos, maiores de 18 anos, independentemente do gênero ou do período cursado, com disponibilidade para responder o questionário e assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE); e os critérios de exclusão: acadêmicos que não preencheram todos os dados pedidos nos questionários, devido impossibilitar a análise dos dados em um todo.

As variáveis analisadas nesta pesquisa foram: período cursado, campus, religião, sexo, faixa etária, classe econômica, saúde mental, saúde física, espiritualidade e religiosidade. Os dados foram organizados em dez grupos principais (período cursado, campus, religião, sexo, faixa etária, classe econômica, saúde mental, saúde física, espiritualidade e religiosidade) e posteriormente associados e analisados estatisticamente a fim de identificar a prevalência de cada item pesquisado.

Resultados e Discussão

A pesquisa foi realizada com 31 estudantes de medicina da Universidade de Rio Verde, sendo destes: 28 do campus Rio Verde (90,3%) e 3 do campus Aparecida de Goiânia (9,7%), não havendo respostas dos demais campus da UniRV. Dos acadêmicos de Rio Verde, 26 estavam na última etapa do curso (internato), 1 estava na primeira fase (clico básico) e 1 na fase intermediária (ciclo clínico). Já dos de Aparecida, 1 estava no internato e 2 no ciclo clínico, sendo ao todo 27 acadêmicos do internato (87,1% do total) e 4 dos ciclos anteriores (12,9% do total).

Outras variáveis também foram analisadas: foram ao todo 24 pessoas do sexo feminino (77,4% do total) e 7 pessoas do sexo masculino (22,6% do total); todos estavam na faixa etária jovem de 20 a 28 anos de idade, sendo 25 pessoas entre 20 e 24 anos (80,6% do total) e 6 pessoas entre 25 e 28 anos (19,4% do total); nenhum trabalha; 26 acadêmicos pagam o valor integral do curso (83,9% do total), sendo apenas 5 com financiamento (2 com financiamento integral e 3 com parcial); 29 destes 31 estudantes são brancos (93,5%) e 2 são pardos (6,5%); e em relação à renda familiar mensal, 15 recebem de 5 a 10 salários mínimos (48,4% do total de acadêmicos), 13 recebem de 10 a 20 salários mínimos (41,9% do total de acadêmicos), e 3 recebem de 3 a 5 salários mínimos (9,7% do total de acadêmicos que responderam o questionário).

Em relação à religião: 15 eram católicos (48,4% do total); 7 eram evangélicos (22,6% do total); 5 eram sem religião, mas acreditavam em Deus (16,1% do total); e 4 eram espíritas (12,9% do total). Na escala ARES que demonstra o nível de espiritualidade, 18 apresentaram altos níveis de espiritualidade pontuando mais que 50 pontos na escala (58,1% do total de estudantes), destes 12 apresentaram altos níveis de religiosidade apontados pela escala modificada CRE, cujas pontuações foram acima de 47, e dentre estes com altos níveis de religiosidade e espiritualidade (R/E), 10 apresentaram pontuações compatíveis com boa saúde física e mental, vista na escala aplicada elaborada pelos pesquisadores.

No geral, 15 estudantes apresentaram uma boa religiosidade, sendo todos estes ligados à uma religião e todos com uma boa espiritualidade. Em relação à saúde física: apenas 6 apresentaram níveis de uma saúde física prejudicada, não tendo relação com a R/E; e à saúde mental: 18 apresentaram níveis baixos de saúde mental e 13 apresentaram uma boa saúde mental, sendo 8 destes 13 (61,5%) com uma boa espiritualidade e uma boa religiosidade.

Com base nesses dados, percebe-se que há uma relação entre a espiritualidade e a religiosidade, além de haver uma relação da R/E com a pessoa ter uma religião e também há uma relação entre a espiritualidade com a saúde mental, visto que a maioria dos estudantes que possuem uma melhor saúde mental são os que também possuem uma melhor espiritualidade e religiosidade. Além disso, a espiritualidade não tem relação com as variáveis sociodemográficas analisadas e percebe-se que há um déficit na saúde mental dos acadêmicos de medicina.

Conclusão

Conclui-se, portanto, que a espiritualidade influencia na saúde mental dos acadêmicos de medicina, mas não influencia significativamente na saúde física. Além disso, há uma relação entre a espiritualidade e a religiosidade, que se confirma nos dados e uma relação entre a religiosidade e a religião, mas a espiritualidade não é influenciada por nenhuma outra variável. Entretanto, tendo em vista que o número de estudantes foi menor do que o esperado, há uma necessidade de demais estudos nesse campo, afim de confirmar cada vez mais essa relação entre a espiritualidade e a saúde mental para que futuramente as faculdades de medicina possam sanar o déficit na saúde mental dos acadêmicos com práticas de espiritualidade, tornando possível ainda uma melhor qualidade nos estudos e na vida profissional, gerando também um impacto positivo tanto socioeconomicamente, quanto nos aspectos técnico-científico e ambiental.

Agradecimentos

À Universidade de Rio Verde e ao Programa de Iniciação Científica pela oportunidade de desenvolvimento da pesquisa.

Referências Bibliográficas

BRAGHETTA, C. C. Desenvolvimento e validação de um instrumento para avaliar espiritualidade: Escala de Atitudes Relacionadas à Espiritualidade (ARES). Dissertação (mestrado em Ciências) - Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, Programa de Psiquiatria. São Paulo, 82p. 2017.

CHATTU, V. K. et al. An Exploratory Study of Quality of Life and Its Relationship with Academic Performance among Students in Medical and other Health Professions. Med Sci (Basel), v. 8, n. 2, p. 23. 2020.

KENT, B. V. et al. Private Religion/Spirituality, Self-rated Health, and Mental Health among U.S. South Asians in the MASALA Cohort: Findings from the Study on Stress, Spirituality, and Health. Qual Life Res, v. 29, n. 2, p. 495–504. 2020.

MASRI, R. et al. Wellbeing and mental health amongst medical students in Jordan: a descriptive study. Int Rev Psychiatry, v. 31, n. 7-8, p. 619-625. 2019.

MICHAELSON, V. et al. Domains of spirituality and their associations with positive mental health: a study of adolescents in Canada, England and Scotland. Preventive Medicine, v. 125, p. 12-18. 2019.

PACHECO, J. P. et al. Mental health problems among medical students in Brazil: a systematic review and meta-analysis. Braz J Psychiatry, v. 39, n. 4, p. 369–378. 2017.

PANZINI, R. G. Escala de Coping Religioso-Espiritual (Escala CRE): Tradução, adaptação e validação da Escala RCOPE, abordando relações com saúde e qualidade de vida. Dissertação (mestrado em Psicologia) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Instituto de Psicologia. Rio Grande do Sul, 238p. 2004.

PICCININI, C. R. P. et al. Religiosity/Spirituality and Mental Health and Quality of Life of Early Pregnant Women. J Relig Health. 2021.

SHATTUCK, E. C.; MUEHLENBEIN, M. P. Religiosity/Spirituality and Physiological Markers of Health. J Relig Health, v. 59, n. 2, p. 1035-1054. 2020.

SHIELDS, A. E.; BALBONI, T. A. Building towards common psychosocial measures in U.S. cohort studies: principal investigators' views regarding the role of religiosity and spirituality in human health. BMC Public Health, v. 20, p. 973. 2020.

TORALES, J. et al. Wellbeing and mental health among medical students in Paraguay. Int Rev Psychiatry, v. 31, n. 7-8, p. 598-602. 2019.

TURKE, K. C. et al. Depression, anxiety and spirituality in oncology patients. Rev Assoc Med Bras, v. 66, n. 7. São Paulo, 2020.

VITORINO, L. M. et al. The association between spirituality and religiousness and mental health. Sci Rep, v. 8, n. 17233. 2018.

WILKES, C. et al. Wellbeing and mental health amongst medical students in Canada. Int Rev Psychiatry, v. 31, n. 7-8, p. 584-587. 2019.

ZIDKOVA, R. et al. Spirituality, Religious Attendance and Health Complaints in Czech Adolescents. Int J Environ Res Public Health, v. 17, n. 7, p. 2339. 2020.