

ESPIRITUALIDADE E RELIGIOSIDADE COMO PRÁTICAS DE AUTOATENÇÃO PARA O ENFRENTAMENTO DA CONDIÇÃO PÓS-COVID

KELLY LASTE MACAGNAN¹; **AMANDA DA SILVEIRA NADAL**²; **TEILA CEOLIN**³;
JULIANA GRACIELA VESTENA ZILLMER⁴

¹*Universidade Federal de Pelotas – kmacagnan@gmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – amandanadal.sls@gmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas – teila.ceolin@gmail.com*

⁴*Universidade Federal de Pelotas – juzillmer@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

O vírus SARS-CoV-2 causador da COVID-19 foi detectado pela primeira vez na China, em dezembro de 2019 e se alastrou rapidamente pelo mundo. Em 11 de março de 2020, após 114 países terem sido atingidos pela doença, a Organização Mundial da Saúde (OMS) classificou como pandemia devido ao rápido aumento do número de casos e óbitos, e orientou todos os países a elaborarem planos de contingência (SOUZA, 2021). Desde então, a população mundial utiliza medidas de prevenção, como hábitos de higiene e distanciamento social, até a vacinação, e a partir disso a crise pandêmica está sendo controlada (OPAS, 2021).

Dentre os diferentes desafios a serem enfrentados em decorrência dessa pandemia, destaca-se a condição Pós-COVID. Esta caracteriza-se por complicações de saúde que ocorrem após a fase aguda da infecção. Os sinais e sintomas de longo prazo que podem se manifestar dependem tanto da extensão e gravidade da infecção viral quanto do tipo e duração do tratamento utilizado (OPAS, 2022; UFRGS, 2022). A literatura afirma que as sequelas atingem diferentes sistemas do corpo, incluindo pulmonar, cardiovascular, nervoso e problemas psicológicos, ocasionando condições como fibrose pulmonar, fadiga, tosse crônica e neuropatia sensorial e motora (GOIÁS, 2020).

Para enfrentar as consequências do adoecimento e promover qualidade de vida, uma das ferramentas utilizadas pelos indivíduos e famílias é a espiritualidade e a religiosidade. Enquanto que a religiosidade está relacionada à ideia de comunidade, atividade ritualística e doutrina, a espiritualidade se relaciona a uma força interior do indivíduo e à construção de sentido para as diversas situações da vida. Sendo fator intrínseco ao ser humano, essa é capaz de influenciar na forma de relacionar-se com os outros, na maneira de pensar e até mesmo em como lidar com adversidades do cotidiano (BARBOSA *et al.*, 2020), como a pandemia de COVID-19 e suas repercussões.

Partindo da percepção de que a espiritualidade e a religiosidade são importantes aliadas para o enfrentamento de adversidades, o presente trabalho tem como objetivo descrever o uso da espiritualidade e religiosidade pelos indivíduos e famílias no enfrentamento da condição Pós-COVID.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um recorte parcial do banco de dados da pesquisa de abordagem qualitativa intitulada “Sistema de Cuidado utilizado pelas famílias à pessoa com Síndrome pós-coronavírus”. O estudo, ainda em desenvolvimento, está sendo realizado em um primeiro momento no Ambulatório Pós-COVID do Hospital Escola

da Universidade Federal de Pelotas, filial da Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares (HE-UFPEL/Ebserh), onde as pessoas são convidadas a participar da pesquisa e posteriormente com o aceite, a entrevista ocorre no domicílio. O estudo deverá ser apresentado na íntegra como dissertação de mestrado.

A produção de dados teve início em março de 2022 e deverá encerrar em agosto do mesmo ano e se dá através de uma entrevista semiestruturada com a pessoa com condição Pós-COVID e um familiar escolhido por ela. Para a análise dos dados foi utilizado a técnica de análise de conteúdo, modalidade categorial temática proposta por Bardin (2016). Até o momento, foram realizadas dez entrevistas, entretanto, para este trabalho foram utilizadas seis entrevistas já transcritas com foco nas falas dos participantes sobre a espiritualidade e/ou religiosidade para o enfrentamento da COVID-19 e as suas sequelas.

O estudo foi realizado em consonância com os preceitos éticos da Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde do Brasil, e sua aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisas com Seres Humanos de uma universidade federal brasileira se deu sob parecer de número 5.199.407; além da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na construção dos resultados, a fim de ilustrar os achados, foram utilizados segmentos de seis entrevistas, sendo cada uma composta pelo indivíduo na condição Pós-COVID e um familiar, totalizando doze participantes. A partir da análise foi possível identificar que tanto as pessoas acometidas pela condição Pós-COVID quanto os seus familiares remetem a espiritualidade e/ou a religiosidade a fim de buscar força e esperança para enfrentamento do adoecimento.

A crença da presença e intervenção divina, “Deus”, para uma resolução favorável da doença ou de alguma complicações, é fator que exerce influência na capacidade de enfrentamento, recuperação e/ou resiliência do indivíduo acometido. Tal afirmação pode ser evidenciada na fala dos entrevistados: “A recuperação foi muito... foi até demais sabe, assim, só Deus. Que até os médicos ficaram surpreendidos” [...] “Foi Deus, Deus sempre” [...] “Mas foi tudo bem e vai continuar, se Deus quiser, até a hora que Deus quiser” (P01M59anos). “Eu, graças a Deus, não fui intubado” (P02H53anos). “E graças a Deus a gente está aí pra testemunhar, contar essa vitória grande que Deus fez na nossa vida, né?” (P03H56anos). “Está passando. E graças a Deus, porque Deus também me ajudou bastante, né?” (P04M59anos).

Sant’Ana, *et al* (2020) afirma que a espiritualidade é uma dimensão que perpassa a vida humana desde os primórdios da civilização, sendo um importante elemento sociocultural que interfere nos modos de vida, nas condições de saúde e nos aspectos subjetivos das pessoas. Dessa forma, oportuniza conforto e amparo diante de dificuldades e auxilia nas situações complexas a serem enfrentadas. Nesse cenário, além da pessoa, a sua família também é beneficiada, conforme as seguintes falas de familiares de pessoas com condição Pós-COVID: “Eu sempre cuidei da minha parte espiritual pra mim assim, né? E aí quando o meu pai teve por essa situação, eu tenho certeza assim que foi o que me deu força, porque assim oh, foi uma força que eu nem sabia que tinha” (F02M27anos). “Mas graças a Deus meu filho está aí e eu sigo assim bem agradecida a Deus. E se eu me agarrei a alguma coisa, sim me agarrei. Me agarrei a Deus acima de tudo. Que foi quem, na minha concepção, foi Ele o único responsável por o (nome do filho) estar aqui” (F05M56anos).

É comum as pessoas se voltarem para a sua religiosidade em tempos de adversidade como uma maneira de buscar apoio, respostas e assim obter forças para reagir diante das situações a que são expostas e, nesse estudo, os indivíduos entrevistados declaram-se pertencer as religiões umbanda, evangélica, espírita e católica. Em decorrência do isolamento como medida de reduzir a infecção do COVID, os entrevistados participaram de *lives* e correntes de oração, ofertadas pelos grupos das religiões citadas, a fim de buscar fortalecimento para a saúde física e emocional e para reduzir a falta do convívio social: “Eu, sempre com celular, me levaram meu celular e eu comecei a todos os dias escutava a oração, né?” (P04M59anos). “E a pandemia nos ensinou isso aí, né? Nos ensinou a convivermos através de *lives*, imagina ela isolada aqui dentro de casa, ela estava ali conectada com os irmãos, com a igreja, né?” (P03H56anos). “Aí a gente começou a fazer as reuniões *online*, aí eu fazia com o pessoal da igreja, sabe então foi bem... bem importante, foi momentos que tipo me aliviavam um pouco, né?” (F03M49anos). “...era muita oração, era as *lives* do pastor, muita gente” (P01M59anos).

Diante das falas acima, foi possível observar a necessidade de adaptar as práticas religiosas nesse momento pandêmico, contudo, ela representa uma importante ferramenta de suporte emocional.

Tavares (2020) refere que a espiritualidade vem ganhando espaço no cenário da saúde, diminuindo o distanciamento e a desarmonia entre espiritualidade e saúde. A espiritualidade aliada ao saber biomédico pode ser vista através das seguintes falas: “O médico disse que ele notava que as famílias que tinham uma religião, os pacientes conseguiam reverter o quadro, sabe?” (F05M56anos). “[...] na hora que eu estava passando a limpeza (prática da religião umbanda) nele, a médica chegou e disse o que que é isso? Eu pensei, ah, vai dar um problema, né? E a médica disse não, tudo que ajuda, tudo que vem pra ajudar é ótimo (F02M27anos). “Então, eles (médicos) mesmo reconhecem que foi um milagre de Deus na minha vida, né? (P03H56anos). “Eles (equipe de saúde) falam, a senhora foi um milagre” (P01M59anos).

A partir do exposto, nesse cenário de incertezas e de muitos questionamentos presentes na vida de quem convive com a condição pós-COVID, a espiritualidade e a religiosidade se apresentam estratégias que, como afirma Scorsolini-Comin *et al* (2020) podem abrir a possibilidade de oferta de um lugar de conforto diante do que ainda não se sabe e de um porvir que se apresenta a cada dia envolto em novas problematizações, sendo ainda uma dimensão que oferece um lugar para que essas reflexões sejam acolhidas e endereçadas.

4. CONCLUSÕES

A pandemia trouxe diversos desafios a serem enfrentados tanto para tratar a doença em si, quanto às suas consequências a longo prazo. Muitas famílias e indivíduos precisaram se reinventar e buscar alternativas a fim de encarar as dificuldades que surgiram nesse período e em decorrência dele. A espiritualidade e a religiosidade apresentaram-se como uma prática de autoatenção muito utilizada pelos participantes e seus familiares, evidenciando-se através disso a diversidade de formas com que cada indivíduo utiliza para desenvolver e acessar essa dimensão. Considerar a espiritualidade e religiosidade nos espaços de saúde pode ser uma estratégia potente de humanização, religando pessoas, contextos e processos.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BARBOSA, D.J. *et al.* A espiritualidade e o cuidar em enfermagem em tempos de pandemia. **Revista Enfermagem em Foco**, v. 11, n. 1, p. 131-134, 2020.

SCORSOLINI-COMIN, F; ROSSATO, L; CUNHA, VF *et al.* A religiosidade/espiritualidade como recurso no enfrentamento da COVID-19. **Revista de Enfermagem do Centro Oeste Mineiro**, v. 10, e3723, 2020.

GOIÁS. Subsecretaria de Saúde. Gerência de Informações Estratégicas em Saúde. **Síndrome Pós Covid-19**. Goiás: Subsecretaria de Saúde, 2020. Disponível em: <https://www.saude.go.gov.br/files//conecta-sus/produtos-tecnicos/III%20-2020/COVID-19%20-%20S%C3%ADndrome%20P%C3%BCB%C3%83s%20COVID-19.pdf>. Acesso em: 08 ago. 2022.

Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS). **Prevenção e mitigação da transmissão da COVID-19 no trabalho**: Resumo de políticas 19 de maio de 2021. OPAS, 2021, 24p. Disponível em: https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/54417/OPASWBRAPIHECOVID-19210035_por.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Acesso em: 17 ago. 2022.

_____. **Condição Pós Covid-19**. 2022. Disponível em: <https://www.paho.org/es/temas/coronavirus/brote-enfermedad-por-coronavirus-covid-19/condicion-post-covid-19>. Acesso em: 17 ago. 2022.

SANT'ANA, G.; SILVA, C.D.; VASCONSELOS, M.B.A. Espiritualidade e a pandemia da COVID-19: um estudo bibliográfico. **Revista Comunicação em Ciências da Saúde**, v. 31, n. 3, p. 71-77, 2020.

SOUZA, A.S.R *et al.* Aspectos gerais da pandemia de COVID-19. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 21, n. suppl. 1, p. 29-45, fev. 2021.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL (UFRGS). Telecondutas: condições pós-COVID-19. Porto Alegre: TelessaúdeRS, 2022. Disponível em: https://www.ufrgs.br/telessauders/documentos/telecondutas/Telecondutas_pos_covid.pdf. Acesso em: 08 ago. 2022

WHO. World Health Organization. Coronavirus disease 2019 (Covid-19) Situation Report. 2020. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/news/30-1-2020-who-declares-public-health-emergency-novel-coronavirus>. Acesso em: 08 ago. 2022