

## **RELATO DE EXPERIÊNCIA REFERENTE A COMPREENSÃO DO ENVELHECIMENTO, ESPIRITUALIDADE E RELIGIOSIDADE**

**Muriel Salgueiro da Silva** <sup>1</sup>

**Ariane Ferreira de Menezes** <sup>2</sup>

**Jarbas da Silva Ziani** <sup>3</sup>

**Maria Amanda Bibiano de Jesus** <sup>4</sup>

**Ane Gabrielle Muniz** <sup>5</sup>

**Cenir Goncalves Tier** <sup>6</sup>

### **Resumo:**

O presente trabalho aborda a temática da compreensão do envelhecimento, espiritualidade e religiosidade. Teve-se como objetivo auxiliar o idoso na compreensão do processo de envelhecimento contemplando a religiosidade e espiritualidade. Trata-se de um relato de experiência referente a uma atividade desenvolvida pela equipe do projeto de Extensão: "Envelhecer com Arte e Saúde" no qual fazem parte da equipe executora discentes do curso de Graduação em Enfermagem e Veterinária da Universidade Federal do Pampa (UNIPAMPA). Esta foi uma das ações desenvolvida no segundo semestre de 2017. Participaram desta atividade quatro idosos, sendo três do sexo feminino, com média das idades entre 65 a 80 anos. Para tanto, aponta-se a importância de abordar tal temática para que ajude o idoso a enfrentar o envelhecimento de forma plena, auxiliando-o tanto nos aspectos positivos quanto negativos desta fase.

**Palavras-chave:** ENVELHECIMENTO, ESPIRITUALIDADE E RELIGIOSIDADE

**Modalidade de Participação:** Iniciação Científica

## **RELATO DE EXPERIÊNCIA REFERENTE A COMPREENSÃO DO ENVELHECIMENTO, ESPIRITUALIDADE E RELIGIOSIDADE**

<sup>1</sup> Aluno de graduação. muri.salgueiro@gmail.com. Autor principal

<sup>2</sup> Aluno de graduação. ariane.m.f001@gmail.com. Co-autor

<sup>3</sup> Aluno de graduação. jarbas\_ziani230@gmail.com. Co-autor

<sup>4</sup> Aluno de graduação. amandabj2008@gmail.com. Co-autor

<sup>5</sup> Aluno de graduação. ane.gabrielemuniz@gmail.com. Co-autor

<sup>6</sup> Docente. cenirtier@unipampa.edu.br. Orientador



## **RELATO DE EXPERIÊNCIA REFERENTE A COMPREENSÃO DO ENVELHECIMENTO, ESPIRITUALIDADE E RELIGIOSIDADE**

### **1. INTRODUÇÃO**

Diante do contexto do envelhecimento populacional, a faixa etária idosa é a de maior crescimento no mundo. Cada vez mais as pesquisas revelam que o processo de envelhecimento é uma experiência heterogênea, vivida como uma experiência individual. Algumas pessoas, aos 60 anos, já apresentam alguma incapacidade; outras estão cheias de vida e energia aos 85 anos (SCHNEIDER; IRIGARAY, 2008).

Compreender o envelhecimento como um processo sociovital multifacetado e se conscientizar de que se trata de um fenômeno irreversível é de suma importância para que todos, profissionais da saúde, governo, sociedade em geral e os próprios idosos, vejam a velhice não como finitude, mas como um momento do ciclo da vida que requer cuidados específicos, o qual pode e deve ser desfrutado com qualidade (WITTER; BURITI, 2011).

A partir deste contexto, teve-se como objetivo auxiliar o idoso na compreensão do processo de envelhecimento contemplando a religiosidade e espiritualidade.

Não há espiritualidade sem religiosidade. Por outro lado, pode-se encontrar religiosidade sem espiritualidade. Uma não se contrapõe à outra. A espiritualidade dá verdadeiro sentido à religiosidade. A pessoa religiosa tem vantagens no enfrentamento das turbulências morais, sociais e políticas de seu tempo e o indivíduo que não está ancorado em uma fé superior não tem recursos pessoais para oferecer resistência às tentações físicas e morais do mundo (DUARTE et al., 2008).

### **2. METODOLOGIA**

Trata-se de um relato de experiência referente a uma atividade desenvolvida pela equipe do projeto de Extensão: “Envelhecer com Arte e Saúde” no qual fazem parte da equipe executora discentes do curso de Graduação em Enfermagem e Veterinária da Universidade Federal do Pampa (UNIPAMPA). Esta foi uma das ações desenvolvida no segundo semestre de 2017.

Teve-se como local uma sala de reuniões de uma Estratégia de Saúde da Família (ESF) de um Município da fronteira Oeste do Rio Grande do Sul/Brasil. As ações ocorrem semanalmente, nas sextas-feiras. A atividade “compreensão do envelhecimento, espiritualidade e religiosidade. Esta atividade foi desenvolvida no formato de roda de conversa e ocorreu da seguinte forma: realizou-se um círculo

com todos os presentes na atividade e foi questionado ao idoso como ele compreendia o envelhecimento e qual a relação entre espiritualidade e religiosidade.

Ressalta-se que o projeto está registrado no SIPPEE da Unipampa sob.10.065.16

### **3. RESULTADOS e DISCUSSÃO**

Participaram desta atividade quatro idosos, sendo três do sexo feminino, com média das idades entre 65 a 80 anos.

Para Gutz; Caramargo (2013) a espiritualidade remete a uma questão universal relacionada ao significado e ao propósito da vida. A dimensão horizontal da espiritualidade se estende através das experiências comuns do dia a dia, visando ao bem-estar social, enquanto que a “dimensão vertical” considera a busca para alcançar Deus, um poder superior.

A espiritualidade pode ainda ser compreendida como constituída de quatro componentes: realidade existencial ou significado e forma de estar na vida; transcendência; conexão e integridade; e presença de uma força unificadora ou energia: o “sagrado”, que aparece tanto como um forte elemento na definição de espiritualidade como de religiosidade (SANTOS; ABDALA, 2014).

Conforme o Estatuto do Idoso (2003), a qualidade de vida na velhice, implica em garantir assistência à saúde, liberdade de escolha, amigos, moradia, conforto material, imagem corporal, aparência, sentir-se fisicamente bem, autoestima, sentimentos positivos, relações interpessoais, suporte social, participação em atividades físicas e recreativas, sexualidade, espiritualidade e crenças (CARVALHO; MOTA, 2012).

Para os autores acima citados, apesar da esperança média de vida se constituir como um aspeto positivo, o fato é que nem sempre a longevidade se faz acompanhar de uma vida salutar autônoma e com qualidade.

### **4. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Destaca-se que o envelhecimento possui uma relação íntima com a espiritualidade nos mais diferentes aspectos do envelhecimento, tendo impacto desde o envelhecimento bem sucedido até os cuidados no fim da vida.

Para tanto, aponta-se a importância de abordar tal temática para que ajude o idoso a enfrentar o envelhecimento de forma plena, auxiliando-o tanto nos aspectos positivos quanto negativos desta fase.

### **5. REFERÊNCIAS**

BRASIL. **Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística**. Brasília- DF. 2013.

GUTZ, L.; CAMARGO, B.V. Espiritualidade entre idosos mais velhos: um estudo de representações sociais. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**. v.16, n4,

out/dez.2013. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbqg/v16n4/1809-9823-rbqg-16-04-00793.pdf>>. Acesso em: 10 set.2017.

SANTOS, N.C.; ABDALA, G.A. Religiosidade e qualidade de vida relacionada à saúde dos idosos em um município na Bahia, Brasil. **Revista brasileira Brasileira de Gereatria e Gerontologia**. v.17,n4, out/dez.2014. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbqg/v17n4/1809-9823-rbqg-17-04-00795.pdf>>. Acesso em: 10 set.2017.

CHAVES, L.J.; GIL, C.A.; .Concepções de idosos sobre espiritualidade relacionada ao envelhecimento e qualidade de vida. **Ciência & Saúde Coletiva**, v.20, n.12, dez. 2015. Disponível em:< <http://www.scielo.org/pdf/csc/v20n12/1413-8123-csc-20-12-3641.pdf>>. Acesso em: 11 set.2017.

DUARTE, Y.A.O.; et.al. Religiosidade e envelhecimento: uma análise do perfil de idosos do município de São Paulo Saúde Coletiva. 2008, 5.**Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal**.Disponível em: < <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=84252404>> ISSN 1806-3365>. Acesso em: 29 set.2017.

DAWALIB, N.W.; et.al. Envelhecimento e qualidade de vida: análise científica da SciELO. **Estudos Psicológicos (Campinas)**,v.30, n.3, p. 393- 403, set. 2013.Disponível em: < <http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v30n3/v30n3a09.pdf>>. Acesso em: 01 out.2017.

SCHNEIDER, R.H.; IRIGARAY, T.A.; .O envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v.25, n.4, pg. 585-593, dez. 2008. Disponível em:< <http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v25n4/a13v25n4.pdf>>. Acesso em: 01 out.2017.