

Concepções de idosos sobre espiritualidade relacionada ao envelhecimento e qualidade de vida

Older people's concepts of spirituality, related to aging and quality of life

Lindanor Jacó Chaves¹
Claudia Aranha Gil¹

Abstract Increased life expectancy and the prospect of longevity lead to reflection on the importance of spirituality while aging. This article aims to investigate and analyze the concepts that older people have of spirituality and how this concept affects their quality of life. It is a descriptive, exploratory, quantitative-qualitative study, with a sample of 12 participants over the age of 60. The following tools were used: semi-structured interviews, social-demographic questionnaires and WHOQOL (Bref, SRPB and Domain VI). The statistical program SPSS 21.0, and Content Analysis, were used in the analysis. The average score on the Psychological Health and Social Relationship domains was high, and the WHOQOL-SRPB showed high averages in all facets, and positive association with the Bref domains. Content analysis showed a relationship between Quality of Life and Spirituality. The latter is conceptualized as: Support, Relationship with the Sacred, and Transcendence; and is distinguished from Religion, which is defined by Religious Affiliation, Cultural Affiliation, and Dogmas. The relationship between spirituality and old age takes place through the capacity to bear the limitations, difficulties and losses inherent to the process; thus, the nature of living a spiritual life was observed to be heterogeneous, while all had in common the recognition of its importance and its significance for living an old age with Quality of Life.

Key words Old age, Meaning of life, Well-being, Religion

Resumo O aumento da expectativa de vida e a promessa de longevidade culminam na reflexão acerca da importância da espiritualidade no envelhecimento. Neste artigo, objetivou-se verificar e analisar a concepção do idoso sobre espiritualidade e como esta interfere em sua qualidade de vida. Estudo descritivo, exploratório, quanti-qualitativo, amostra composta de 12 participantes acima de 60 anos. Foram utilizados: entrevista semiestruturada, questionários sociodemográficos e WHOQOL (Bref, SRPB e domínio VI). Na análise, optou-se pelo programa estatístico SPSS 21.0 e pela Análise de Conteúdo. A pontuação média nos Domínios Psicológico e Relações Sociais mostrou-se mais elevada, o WHOQOL-SRPB revelou médias altas em todas as facetas e associação positiva com Domínios Bref. Na análise de conteúdo, há relação entre Qualidade de Vida e Espiritualidade; esta é concebida como Apoio, Relação com o Sagrado e Transcendência, e se distingue da Religião, definida pela Afiliação religiosa, Cultural e Dogmas. A relação entre Espiritualidade e Velhice se dá pela capacidade de suportar limitações, dificuldades e perdas inerentes ao processo; assim, observou-se a heterogeneidade da vivência espiritual, tendo todos em comum o reconhecimento de sua importância e sua relevância para se viver a velhice com Qualidade de Vida.

Palavras-chave Velhice, Significado de vida, Bem-estar, Religião

¹ Universidade São Judas Tadeu. R. Taquari, 546, Mooca. 03166-000 São Paulo SP Brasil. lindajchaves@gmail.com

Introdução

Em todo o mundo o processo de envelhecimento vem merecendo destaque e tem sido alvo de pesquisas e discussões. O processo de envelhecimento está sendo estudado de forma ampla e interdisciplinar¹; e gera um desafio aos recursos adaptativos, devido à existência de perdas e limitações inerentes a ele, os quais demandam do idoso a reflexão sobre sua existência, conquistas e também sobre a morte^{2,3}.

Velhice e espiritualidade são temáticas que ficaram por muito tempo distante do interesse e das discussões científicas. A primeira era considerada apenas como a etapa final da vida⁴ e a espiritualidade - à busca pelo sentido da vida⁵⁻⁹, sempre foi vista como uma contrariedade à racionalidade da ciência. O reconhecimento da importância da espiritualidade para a qualidade de vida pela Organização Mundial de Saúde (OMS) levou à inclusão desta nos domínios a ser considerados na avaliação e promoção de saúde em todas as fases e idades¹⁰⁻¹².

O estudo da associação entre espiritualidade, saúde, qualidade de vida e velhice é insipiente e para compreender este fenômeno, é necessário um olhar não apenas quantitativo de dados e aprofundar-se qualitativamente nos significados dos termos e relações para os idosos. Vislumbrando a complexidade do ser humano e as possibilidades de ampliação do seu conhecimento na fase da velhice, este estudo busca verificar e analisar qual é a concepção do idoso sobre espiritualidade e como esta se relaciona à sua qualidade de vida. Também visa identificar os significados de religião/religiosidade, bem como a relação entre envelhecimento e espiritualidade.

Método

Dada à natureza dos objetivos, optou-se por um estudo quanti-qualitativo, descritivo e exploratório, com vistas à compreensão e descrição das características da população em questão e ao estabelecimento das relações entre as variáveis¹³.

Participantes

O estudo contou com uma amostra por conveniência, composta de 12 participantes idosos acima de 60 anos, de ambos os gêneros, que oficializaram sua participação mediante a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Procedimentos

Após a aprovação pelo Comitê de Ética e Pesquisa (CEP), iniciou-se a coleta de dados. Aplicou-se o questionário sociodemográfico; em seguida, os participantes foram submetidos à entrevista semiestruturada (gravadas em áudio) com questões norteadoras, formuladas pelas pesquisadoras e responderam aos questionários de avaliação da qualidade de vida (WHOQOL-Bref, WHOQOL-SRPB e Domínio VI – Espiritualidade, Religião e Crenças Pessoais, do WHOQOL-100).

Para verificar a viabilidade das etapas e adequação dos instrumentos, foi realizado estudo piloto com três participantes. Para evitar possíveis vieses relacionados à sequência de aplicação dos instrumentos, optou-se pela aplicação alternada (metade dos participantes respondeu ao questionário WHOQOL-Bref, seguido pelo SRPB e Domínio VI, o restante respondeu a ordem inversa).

Análise dos dados

Os dados foram analisados quanti-qualitativamente, sendo aplicada a análise estatística e a análise de concordância entre juízes, os resultados obtidos por meio das entrevistas, foram analisados qualitativamente com base na Análise de Conteúdo (AC).

Análise estatística

Utilizou-se estatística descritiva (Frequência, Média, Desvio Padrão, Mínimo e Máximo) para demonstrar os resultados das medidas de qualidade de vida dos participantes (WHOQOL-Bref, SRPB, Domínio VI), Testes de Correlações de Pearson (r) e Correlações de Spearman (r_s), para verificar a associação entre os domínios e facetas dos instrumentos e na verificação de concordância das respostas de cada par de juízes. Para análise de concordância de todos os juízes foi utilizado o teste de Kendall (W). O nível de significância considerado neste estudo foi de 0,01 e 0,05, sendo utilizado o software *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS) 21.0. Após a realização das primeiras etapas da AC, o material foi submetido à análise de concordância das categorias, com base na avaliação de quatro juízes.

Análise qualitativa

Para tratamento e análise das entrevistas, foi utilizada a técnica de Análise de Conteúdo de

Bardin¹⁴ aplicada à análise de textos escritos. As transcrições das entrevistas foram submetidas às fases de análise: pré-análise, exploração do material, tratamento e interpretação dos resultados. Em seguida, foram analisados à luz da literatura, considerando-se as questões que deram origem ao estudo.

Resultados e discussão

O estudo foi realizado com uma amostra de 12 participantes: sete mulheres (58,3%) e cinco homens (41,7%). O nome dos participantes foi substituído pelo de flores, seguidos pelas respectivas idades, a fim de proteger suas identidades mantendo o sigilo. Os idosos apresentaram idades entre 61 e 93 anos, sendo a média dessas de 73,92 (Quadro 1). Ainda que de forma não in-

tencional, esses resultados vão ao encontro dos dados levantados por estudos brasileiros recentes com idosos que reforçam a feminização da velhice¹⁵. Todos os participantes desta pesquisa professam alguma religião, sendo a maioria (83,4%) de católicos e evangélicos; apenas a participante Jasmim declarou não possuir nenhuma religião, embora já tenha vivenciado a prática religiosa.

Medidas da qualidade de vida

Os resultados referentes às médias dos domínios obtidos pelo instrumento WHOQOL-Bref estão apresentados na Tabela 1. Os menores níveis de qualidade de vida nos Domínios Meio Ambiente e, principalmente, no Físico não parecem influenciar nos resultados mais elevados no Domínio Psicológico. Os resultados indicam

Quadro 1. Caracterização dos participantes.

Participante	Gênero*	Religião	Idade	Escolaridade	Profissão	Estado civil**	Filhos	Reside com
Rosa	F	Católica	68	Fundam. Incompleto	Do lar	C	2	Esposo e filha
Tulipa	F	Espírita	61	Superior	Diretora de escola	D	1	Mãe
Cravo	M	Evangélico Católica/	93	Fundam. Incompleto	Aposentado	C	8	Esposa
Hortência	F	Espírita	88	Médio	Receptionista	V	3	Filha e Neto
Antúrio	M	Evangélico	78	Médio	Técnico Contábil	C	7	Esposa
Jasmim	F	Nenhuma	79	Superior	Professora	C	3	Esposo
Lírio	F	Evangélica	89	Fundam. Incompleto	Do lar	V	13	Filha
Girassol	M	Católico/ Espírita	68	Fundam. Incompleto	Marceneiro	S	0	Irmão
Orquídea	F	Católica	63	Médio	Ag. de Fiscalização Judiciária	V	3	Filho
Azaleia	F	Evangélica	64	Superior	Psicóloga	S	0	Irmão
Copo de Leite	M	Católico	65	Médio Incompleto	Aposentado	D	2	Ninguém
Jacinto	M	Evangélico	71	Fundam. Incompleto	Aposentado	V	5	Filha e Filho

* Gênero – F = Feminino / M = Masculino ** Estado civil – D = Divorciado / C = Casado / V = Viúvo / S = Solteiro

que, mesmo sendo o processo e a experiência do envelhecimento de caráter individual, existe a possibilidade de vivenciar aspectos negativos, como ambientes inadequados, doenças e perdas funcionais, sem um grande impacto na qualidade de vida psicológica.

No Domínio Relações Sociais, os participantes obtiveram escores mais elevados, que podem estar diretamente relacionados tanto ao convívio familiar quanto à prática religiosa que, por ser em grande parte realizada em grupo, configura-se como uma rede de suporte social¹⁶. Para Jung¹⁷, a velhice deve ser marcada por uma atenção específica e uma valorização do que está dentro de si, buscando assim um propósito para a vida. Na análise dos domínios SRPB e também no Domínio VI, as pontuações médias são elevadas em todas as facetas, revelando um grau de valorização considerável dos aspectos relacionados à espiritualidade, religião/religiosidade e crenças pessoais para qualidade de vida na velhice.

O Sentido na Vida revelou juntamente com Força Espiritual os maiores escores gerais (Tabela 1). A valorização de suas crenças em busca de significado para viver potencializa a relevância da espiritualidade para os idosos¹⁸. Corroborando o estudo realizado por Costa¹⁹, com 158 idosos, para verificar se a religiosidade/espiritualidade seriam preditoras de qualidade de vida, que revelou que as facetas Conexão com Ser Superior, Sentido na vida, Força Espiritual, Fé e Espiritualidade apresentaram correlações significativas nos participantes com idades mais elevadas.

Em revisão sistemática dos estudos sobre a relação entre religiosidade e saúde mental, nos 850 artigos²⁰ os níveis de envolvimento religioso têm correlação positiva com aspectos relacionados ao bem-estar psicológico. A maior parcela dos idosos apresenta escores elevados no Domínio Psicológico; entre os quais, alguns apresentam escores mais baixos no Físico e são portadores de patologias diversas. Além disso, esse domínio não apresenta comprometimento associado a idades mais elevadas ($r = -0,024$; $p = 0,941$).

Na aplicação da verificação das Correlações entre os domínios, houve correlação positiva entre o domínio Físico (Bref) e a faceta Sentido na Vida ($r = 0,69$; $p = 0,035$). Alguns participantes (33%) apresentam escores mais elevados na faceta SRPB e também no Domínio Físico. O domínio Psicológico apresentou resultados mais elevados na comparação das médias entre domínios de todo o grupo. Assim, na análise das correlações entre este Domínio e as facetas SRPB, houve correlação positiva com Força Espiritual ($r = 0,73$; $p = 0,007$), Paz Interior ($r_s = 0,63$; $p = 0,029$) e Fé ($r = 0,61$; $p = 0,034$). As facetas SRPB referem-se em grande parte a aspectos da relação do indivíduo com o transcendente e suas próprias crenças, e não apenas à prática religiosa em grupo. Essa relação é essencial, pois no desenvolvimento de uma velhice saudável baseada na espiritualidade, é necessário o apoio familiar e a fé em um Ser Superior, e isso permite ao idoso enfrentar e adaptar-se aos ganhos e perdas em todas as esferas que compõem o viver⁸.

Tabela 1. Medidas de Qualidade de Vida.

	Média	Desvio padrão	Mínimo	Máximo
WHOQOL - Bref				
Físico	63,4	18,5	32,1	85,7
Psicológico	75	12,4	50,0	95,8
Relações Sociais	73,6	20,4	25,0	100,0
Meio Ambiente	62,2	15,3	31,2	81,2
WHOQOL - SRPB				
Conexão com Ser	78,1	16,9	31,2	93,7
Sentido na Vida	82,8	12,5	62,5	100
Admiração	79,2	9,7	56,2	93,7
Totalidade	79,7	8,9	56,2	87,5
Força Espiritual	82,3	8,3	68,7	100
Paz interior	76,6	8,1	68,7	93,7
Esperança	78,1	9,4	68,7	100
Fé	81,2	15,5	43,7	100
Dom. VI-Espiritualidade	86,5	10,6	75	100

A relação entre a espiritualidade/ religiosidade e a saúde é frequentemente citada na literatura^{21,22}; neste estudo, o Domínio VI do WHOQOL-100 não apresentou correlações com os Domínios Bref, e com as facetas SRPB houve forte correlação positiva apenas com a faceta Esperança ($r = 0,64$; $p = 0,025$). O que reforça a necessidade de se considerar não apenas os aspectos relacionados às crenças pessoais, mas também o impacto da espiritualidade e religiosidade na adequada avaliação da qualidade de vida dos idosos.

Análise das categorias

Para tornar fidedignos e válidos os resultados, realizou-se a análise de concordância das categorias por juízes²³. Na análise do conteúdo, as primeiras etapas foram realizadas inicialmente pelo Juiz 1 (pesquisadoras); as Categorias (04) e Subcategorias (12), elaboradas a partir da assimilação desse conteúdo, foram definidas a partir das 74 Unidades de Significado encontradas. Após dois meses da primeira análise, foi novamente avaliado pelo Juiz 1 (Intrajuíz), em seguida, foram submetidos à análise dos Juízes 2 e 3. Para analisar a concordância entre os juízes, aplicou-se: a Correlação de Spearman (r_s), que verificou a concordância entre os pares. Na análise da concordância concomitante entre todos os juízes, foi utilizado o teste de Kendall (W). Todas as Cate-

gorias, Subcategorias e Unidades de Significado foram consideradas válidas e concordantes, sendo apresentadas em organogramas (Figura 1 e 2) e discutidas a seguir:

Conceituar espiritualidade não se configura uma tarefa simples e, diante disso, a Categoria 1 – Concepções sobre Espiritualidade foi subdividida em: Espiritualidade, Religião, Relações existentes entre Espiritualidade e Religião, e Importância da Espiritualidade (Figura 1). Na concepção de Espiritualidade, o conceito mostrou-se bastante abrangente. Entretanto, foram apresentadas apenas as unidades que receberam maior número de citações, sendo mais relevantes para os idosos: Apoio, Relação com o Sagrado e Transcendência. Metade dos entrevistados considerou a Espiritualidade como fonte de Apoio:

... se a gente não tem um apoio espiritual... a vida está tão difícil... Que a... a violência esta graça... Me parece que a vida se tornou muito banal... Então a gente tem que ter um apoio espiritual... Hortência, 88

Ele é meu amparo forte, meu refúgio... Azaléia, 61

Segundo Frankl²⁴, um dos papéis da religião é proporcionar uma sensação de apoio e refúgio. Para esses idosos, o Apoio é relacionado não apenas a uma prática ou crença religiosa; a espiritualidade é vista como uma forma de sustentação fundamental. Esses resultados vão ao encontro do que destacou Guerrero²⁵: em pacientes on-

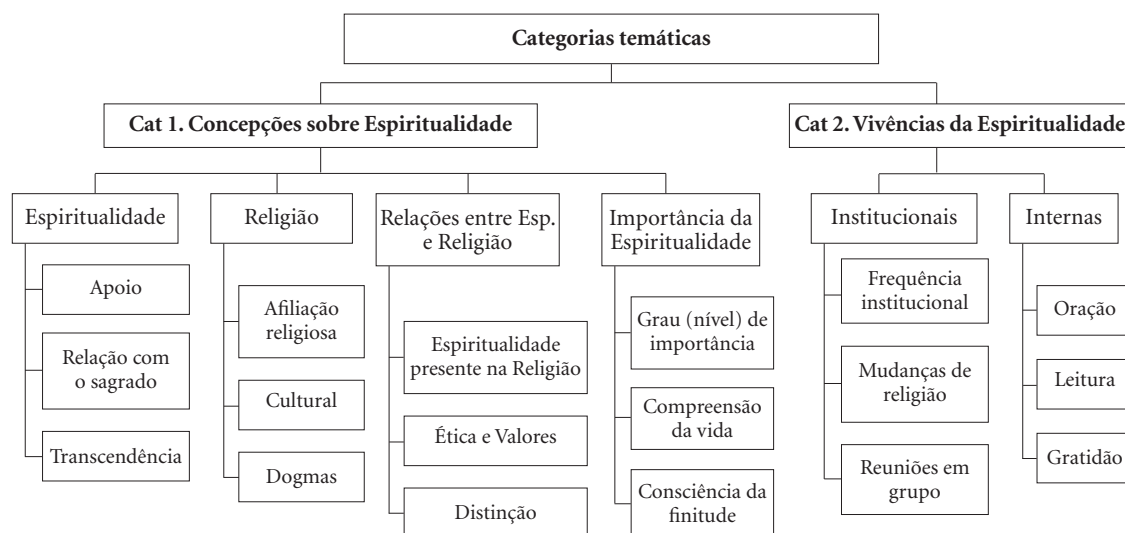


Figura 1. Categorias Temáticas 1 e 2.

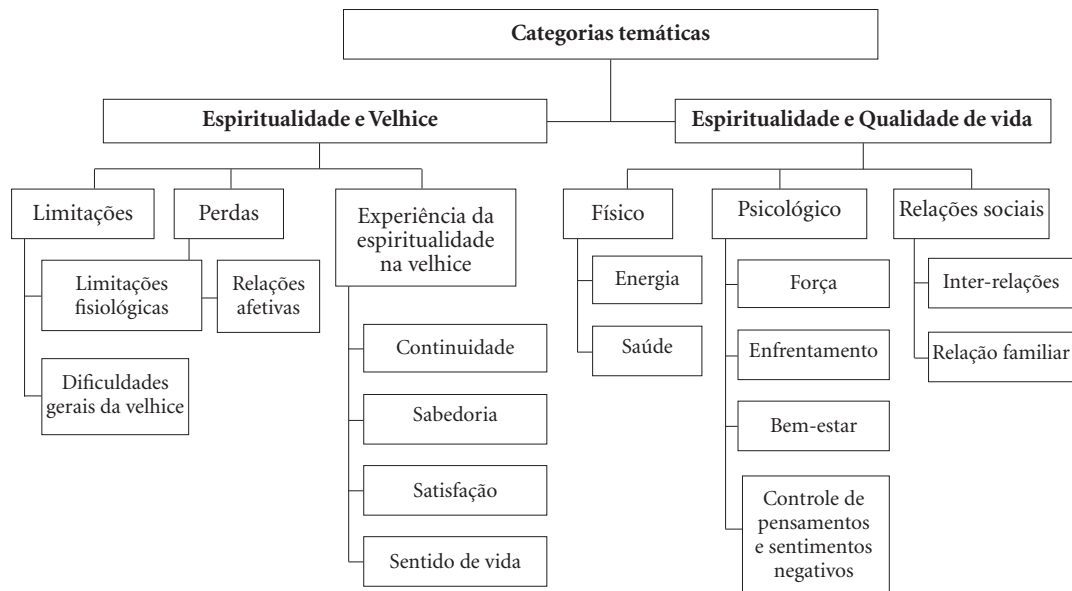


Figura 2. Categorias Temáticas 3 e 4.

cológicos, o apoio em Deus é uma necessidade e favorece um maior enfrentamento dos sentimentos e emoções inerentes ao processo de doença e tratamento. Para os idosos, vai mais além; pois, a sensação de sentir que a sua vida está sendo sustentada por algo ou por alguém permite um viver com confiança e segurança em seu dia a dia.

Na literatura, a espiritualidade pode ser considerada uma busca pela compreensão das questões existenciais relacionadas ao sagrado^{7,26,27}. Os idosos também a percebem nessa relação com o Sagrado. O termo também denota as questões existenciais a respeito do significado da vida, que se dá através dessa relação^{5,27}, que pode ser por meio da crença em santos, como foi indicada por Rosa, 68, ou na relação com o Divino, como citado por Cravo, 93:

...mas eu creio em Deus, tenho meus santos de preferência... Rosa, 68

Eu e Deus, e Jesus e o Espírito Santo de Deus, então esses três aí que comanda a minha força espiritual, eu posso entender que sem eles e sem a orientação desses, dessas pessoas da Trindade eu não podia ter o conhecimento, o significado, o que significa para mim uma vida espiritual. Cravo, 93

A busca pelo sentido da vida é alcançada através do relacionamento do indivíduo com o sagrado, que na religião tem o papel de oferecer valores para a vida e na espiritualidade é uma ex-

periência de significação da vida²⁸. Isso corrobora as afirmativas de Jung¹⁷ sobre a necessidade de introspecção e busca pelo deus interior no idoso. A fala de Jasmim, 79, reforça essa questão mesmo não professando uma religião, se relaciona com um Ser Superior e se refere a Deus como pai:

Então é, daí eu acabei largando tudo, eu disse não eu vou ficar na minha, quando eu tiver que brigar com ele (olha e aponta para cima), eu brigo com ele, de vez em quando, quando eu acho que ele tá relaxado com a gente, eu reclamo também, eu sei que não dá, mas a gente tem que reclamá também, a gente é filho... Jasmim, 79

Todas as falas que remetem à Transcendência direcionam para a relação com o que está além do visível. Essa força sai do indivíduo e o conecta com algo maior, pode se dar pela relação com outras pessoas, o sagrado ou com o Universo²⁹. Relaciona-se também com a capacidade do idoso de ir além das suas próprias limitações, não apenas físicas, mas, também da compreensão de mundo, do ser e do existir.

O termo Espiritualidade, na fala de alguns participantes nem sempre é desvinculado de aspectos da religião; mas esse contato e direcionamento espiritual possibilitam ao indivíduo que envelhece a reflexão sobre si mesmo. A ligação entre o que está dentro e o que está fora e/ou acima de si mesmo favorece o crescimento do in-

divíduo e a expansão da sua consciência³⁰, como destacaram alguns.

Os significados de Religião estão em sua maioria associados à Afiliação Religiosa, Cultura e Dogmas, todos declararam professar ou ter professado alguma religião. Indo ao encontro do que foi demonstrado no Estudo multicêntrico SABE (Saúde, Bem-estar e Envelhecimento) sobre o perfil religioso e a importância dada à religião pelos idosos no município de São Paulo, associada às condições de saúde. Revelou que, em 2006, 98% dos idosos faziam parte de uma religião³¹. Afiliação Religiosa, também vem carregada do sentimento de pertencimento:

... eu acho que o católico é onde eu mais me encaixo... Rosa, 68

Há uma interação social que ocorre na inserção do indivíduo em uma religião, permitindo a troca de informação entre o grupo³²; o pertencer permite a ele a percepção de que seus sentimentos são compreendidos e aceitos, e o remete ao acolhimento. A maior parte dos idosos considera que os termos espiritualidade e religião não são sinônimos, mas não utilizam uma identificação específica para diferenciá-los, mas, há um consenso que a espiritualidade não depende da religião. Jasmim, 79, se refere à espiritualidade como algo mais “flexível e livre”, que não pode ser imposta, como tende a acontecer com a religião. Ao utilizar-se do termo “religiosidade”, a participante apresenta sua perspectiva sobre espiritualidade; as duas expressões muitas vezes também são utilizadas como sinônimos em estudos empíricos³³.

Existe diferença... A espiritualidade independe da religião... Tulipa, 61

Eu acho que tem. Jacinto, 71

(Espiritualidade)... a religiosidade é uma coisa mais natural do ser humano que a gente não tem desenvolvido, porque a gente põe a criança já desde que nasce dentro de uma religião, e a gente não sabe se é aquela religião que o interior dela vai depois querer se dar melhor... Jasmim, 79

Para os entrevistados, há possibilidade de professar uma religião sem ter com isso uma vivência espiritual, podendo o contrário também ocorrer. Essa compreensão de que há uma relação e ou uma sobreposição entre os termos, não denota uma exigência de que para a vivência espiritual acontecer tenha que existir uma prática religiosa e isso é reforçado tanto pelos idosos quanto pela literatura^{8,12}. A importância dada à Espiritualidade por parte dos entrevistados se destaca, pois todos os participantes a reconhecem como relevante em suas vidas, em diferentes níveis de

intensidade e valorização, sendo vivenciada por todos em seus aspectos práticos e subjetivos.

Pra mim, a grande coisa importante é que, você estar com comunhão com Deus e em comunhão com os irmãos da igreja, é uma parte importantíssima. Antúrio, 78

Eu acho que, independente de ter ou não religião, é importante a pessoa cultivar a espiritualidade. Jasmim, 79

É muito importante a espiritualidade, na minha vida é. Num sei se é importante na de muita gente por aí, mas, na minha é. Lírio, 89

Como podem ser observadas na Figura 1, as formas de vivenciar a espiritualidade podem ser tanto institucionais quanto em vivências internas. Para a maioria dos entrevistados, a leitura da Bíblia, livros e revistas relacionados à religião professada é frequente e desenvolve sentimentos e emoções positivas em todos que as praticam. Esses dados corroboram o que Souza³¹ revelou em seu estudo sobre o perfil e importância dada à religião por idosos residentes no município de São Paulo, 100% dos participantes faziam a leitura da Bíblia, o que fundamenta suas crenças possibilitando uma autorreflexão.

Ser idoso para os entrevistados, não é apenas uma questão cronológica, pois dentro de um mesmo grupo etário há grandes diferenças na forma em que percebem, sentem e vivem essa etapa da vida. Isso se deve em parte ao fato de que existem demandas específicas a cada indivíduo e a heterogeneidade da velhice³⁴. Desse modo, não podemos desconsiderar que o envelhecimento faz parte do ciclo da vida e, justamente por isso, é tempo de mudanças, transformações e desenvolvimento³⁴⁻³⁶. Na Figura 2, a Categoria 3 – Espiritualidade na Velhice destaca essa relação e foi dividida em três Subcategorias - Limitações da Velhice, Perdas e Experiência da Espiritualidade na Velhice, que contemplam as demandas e especificidades dessa fase apresentadas pelos entrevistados e o papel da Espiritualidade nessa vivência.

Ainda que por definição indivíduos acima de 60 anos sejam considerados idosos, nos países em desenvolvimento, estamos experimentando um processo de mudança na forma de perceber e viver a velhice. Ainda encontramos nessa faixa etária imagens de idosos frágeis, doentes e dependentes; contudo não é difícil depararmos com idosos que se mantêm ativos e não se consideram vivenciando a velhice, como no caso de Tulipa, 61. Assim, pode-se diferenciar a velhice em dois momentos: etapa inicial, vista como positiva, por manter-se o idoso ainda ativo e, portanto, com muitas perspectivas e possibilidades a serem vivi-

das; e, na segunda etapa, com o avançar da idade, instala-se um período de vulnerabilidade, com limitações que podem alterar e prejudicar o desempenho funcional, bem como fragilizar emocionalmente²⁹, como em Jasmim, 79, e Lírio, 89.

As idosas sofrem com a fragilidade e os desgastes causados pelas doenças crônicas. Mesmo de posse de recursos de enfrentamento, transparece um maior sofrimento físico e psicológico, demonstrando que a doença acarretou forte impacto sobre a saúde física, ocasionando uma redução significativa de mobilidade, com limitações progressivas.

... eu tô cada vez com mais limitações na minha vida e eu sempre fui muito livre, independente. Meu marido sempre me deixou viajar pelo mundo, sem nenhuma restrição, porque eu ia dar aula, ia lá pro México dava um curso, ia pra cá, ia pra lá... e ele deixava sempre, eu ia sem... só que a gente falava todo dia no telefone, naquele tempo... Jasmim, 79.

Agora por causa dessa enfermidade, eu tenho que tá andando, dependendo da bengala, eu só vou na igreja no domingo, às vezes eu vou no dia de quarta-feira [...]... eu sinto uma falta tão grande de ir pra igreja, num queira nem saber! Lírio, 89.

Jasmim, 79, e Lírio, 89, vivenciam a incapacidade funcional. Experimentar limitações gera dor não apenas física³⁷; envolve uma perda de si mesmo por remeter o indivíduo ao fim da vida, da capacidade produtiva e das relações. Limitações fisiológicas promovem uma dor que não se limita ao seu sentido objetivo e concreto, mas envolve aspectos subjetivos. Entretanto, como destacado por Frankl³⁸, o sofrimento só pode destruir o indivíduo se for um *sofrimento sem sentido*. Em posse de uma liberdade espiritual expressa em palavras, gestos e atitudes, mesmo vivenciando o sofrimento, as idosas parecem portar um sentido maior, tanto para suas vidas como para o sofrer. A despeito de sua “dor total”³⁹, elas conseguem de alguma forma, transformar a situação, mediante as suas crenças e atitudes, o que se configura como uma possibilidade de encontrar o sentido para vida.

O envelhecimento pode estimular e promover modificações de diferentes ordens e impacto. A aceitação das dificuldades e capacidade de acomodação às limitações possibilita e permite uma maior satisfação na velhice. Diante de tantos aspectos, a espiritualidade relacionada ao envelhecimento também se revela, para dois idosos, nas perdas nos relacionamentos afetivos, ocasionadas pela morte e separação dos cônjuges:

Porque não é fácil você ficar viúvo com 50 anos e 6 meses de casado! Mas, o Espírito Santo tá me

ajudando muito... Até a gente passar um ano e resolver arrumar alguém aí [...] Eu só quero que Deus me dá uma companheira pra mim. Vamos ver mais pra frente, né?! O que a gente resolve! Jacinto, 71.

...eu me separei da minha esposa depois de trinta anos e eu vejo que muitas pessoas quando acontece isso, vai pro bar beber e fazer o que não deve. E eu não, fiquei legal. Agora é uma oportunidade boa pra ficar eu e Deus... Copo de Leite, 65.

Diante dessas perdas e proximidade com a morte, há maior necessidade de auto compreensão e de sentido; a resistência a essa crise existencial, só pode se dar através de uma transformação interior. Mediante a espiritualidade, ao encontrar apoio e oportunidades para refletir, é possível vencer as perdas³⁹. Jacinto, 71, revela estar se dedicando e sendo apoiado pela igreja, além de receber ajuda do Espírito Santo. Por meio desse relato, observa-se que, ao falar sobre igreja, o idoso se refere ao apoio recebido de pessoas de sua comunidade, além das atividades às quais está engajado, reforçando assim o papel da comunidade religiosa como fonte de suporte social para o idoso enlutado³⁹. Assim, a espiritualidade é representada pelo relacionamento com a comunidade de fé e também com o transcendente. Além disso, é utilizada na compreensão do sofrimento como possibilidade de mudança e adaptação na construção de um novo sentido de existir, permeado nas falas de Jacinto, 71, pela esperança de recomeçar. Frente às perdas da velhice há sempre a possibilidade de se adaptar⁴⁰; isso acontece quando o idoso consegue selecionar suas metas de vida, classificar o que realmente é importante e, com o auxílio dos recursos necessários e disponíveis, ele consegue compensá-las.

Para Copo de Leite, 65, a separação da esposa após 30 anos de casamento também parece ter gerado algum tipo de sofrimento; assim, dadas as devidas proporções, os dois idosos demonstram utilizar-se de sua crença de forma a gerar em si mesmos sentimentos de confiança e esperança. A espiritualidade nesse contexto visa um novo sentido no relacionamento com Deus ou com o Espírito Santo, conforme relatam os idosos, o que os fortalece para enfrentar e vencer os sentimentos de tristeza e solidão.

A percepção satisfatória da espiritualidade foi bastante reforçada pelos idosos, sendo um indicador de bem-estar subjetivo¹⁰. Para Krause⁴¹, o significado da vida é responsável por gerar emoções positivas, que têm efeito benéfico até mesmo no funcionamento imunológico dos indivíduos; assim, os idosos que desenvolvem um forte senso

de significado têm melhores condições de saúde e satisfação, vivendo mais do que outros que não têm este senso. Essa compreensão do Sentido da Vida é considerada como “a sede de todo homem”³⁸, ou seja, dar significado às coisas e buscar a interpretação do mundo é um anseio tão vital quanto às demandas biológicas do ser humano⁴².

A velhice sem Deus é uma velhice vazia. A velhice com Deus, você preenche o vazio com Deus. Porque a maioria num trabalha, eu trabalho... Tenho muito a fazer, mas, quem não trabalha, por exemplo, se não procurar Deus fica vazio. Antúrio, 78.

Conforme destacado por Antúrio, 78, há no ser humano um “vazio” que, para ele, só pode ser preenchido por Deus. Esse vazio existencial nada mais é do que a falta de sentido³⁸. As expressões do idoso remetem ao que Jung¹⁷ destaca como a busca pela totalidade de si mesmo, o *self* e sob esse olhar, em todo indivíduo há a necessidade de um encontro com Deus.

Alguns participantes revelam que a espiritualidade também é experimentada na velhice por meio da Continuidade. Para eles, este aspecto sempre foi importante. Tulipa, 61, Hortência, 88, e Jasmim, 79, sempre creditaram valor a essa dimensão, e Cravo, 93, se percebe mais experiente e fundamentado em um conhecimento amplo de suas crenças e convicções. Como na perspectiva *Life-span*, que afirma que os idosos possuem reservas ou potencial que permitem a realização de atividades rotineiras, bem como a capacidade de adquirir novos conhecimentos na velhice, potencializado quando os indivíduos dispõem de relações, ambientes sociais e condições de saúde favoráveis⁴³.

É possível observar que, de forma geral, esse grupo de idosos, tanto pelas falas, quanto pelos níveis de Qualidade de Vida denotam valor e importância à vivência da Espiritualidade nessa fase da vida. Os altos escores nos Domínio Psicológico e Relações Sociais também indicam essa influência positiva. Corroborando esses dados estão Moraes e Witter⁴⁴, que investigaram a qualidade de vida extrínseca e intrínseca de idosos entre 65 e 86 anos, e a importância da religião. E a sua prática foi avaliada como positiva por todos participantes do estudo.

Desse modo, na Categoria 4 – Espiritualidade e Qualidade de Vida na Velhice, na Subcategoria – Físico (Figura 2), os entrevistados revelaram que a influência do constructo sobre sua percepção da qualidade de vida se refere à Saúde e Energia. Para alguns, sua vida espiritual os auxilia na manutenção, promoção e restauração da saúde, através de sua relação ou conexão com o Ser Su-

perior. As modificações dos hábitos e comportamentos em decorrência do desenvolvimento da espiritualidade e ressignificação da vida, também são ressaltadas em diferentes esferas do viver^{18,45}.

A alma é a força vital ou espiritual¹⁷, conforme denominado na faceta SRPB e à qual os participantes se referem; ela é responsável por mobilizar o ser humano. Assim, conforme os resultados dessa correlação, quanto maiores os níveis e intensidade dessa conexão e vivência, maiores serão também a energia e o vigor físico que impulsionam o indivíduo para a vida e para o enfrentamento dos desafios. Verificou-se que para alguns idosos a vida espiritual influencia todos os aspectos e momentos de seu viver diário, o que interfere em como se sentem emocional e também fisicamente.

A Subcategoria – Psicológico apresentou o maior número de Unidades de Significado na Categoria 4 - Espiritualidade e Qualidade de Vida na Velhice, corroborando os altos níveis de Qualidade de Vida no Domínio Psicológico e justificando as correlações. Os resultados da aplicação dos instrumentos e das entrevistas, revelam que o domínio é extremamente influenciado pela espiritualidade na percepção dos idosos. Para eles a vivência espiritual oferece ainda o desenvolvimento de sentimentos e pensamentos positivos. As facetas SRPB significativamente correlacionadas ao domínio são também ressaltadas pelos idosos, que reconhecem o fortalecimento dado pela Espiritualidade para enfrentar situações adversas da vida, a partir da conexão com o sagrado e o transcendente.

Em estudo de revisão⁴⁶, buscando diretrizes e evidências para a avaliação espiritual e integração da religiosidade e espiritualidade nos tratamentos de saúde mental, na análise de 1.109 pesquisas identificou-se à proposta de inserir a definição do termo espiritualidade aspectos relacionados ao constructo psicológico, entre os quais estaria satisfação com a vida, paz entre outros. É relevante destacar essa discussão não pela mudança do conceito em si, mas pelo reconhecimento do impacto gerado pela Espiritualidade nos aspectos psicológicos dos indivíduos. Para os idosos, a vivência espiritual por meio de suas crenças pessoais confere qualidade de vida através da esperança, à medida que conseguem desenvolver expectativas positivas e enfrentar a realidade e as incertezas do futuro.

Há indicação de que o fortalecimento do domínio Psicológico por meio da vivência espiritual é utilizado como estratégia para que consigam lidar com as dificuldades, perdas e limitações vi-

venciadas nesse processo. A capacitação emocional permite voltar-se para o passado sem o pesar, a frustração e o desespero de quem não pode modificar sua realidade.

A Subcategoria - Relações Sociais destacou as Inter-relações e as Relações Familiares, e reforçou aspectos da vivência espiritual, que visam às interações sociais, que está associado não ao relacionar-se em uma conexão com um Ser Superior, mas sim aos aspectos práticos, de experiências e vivências institucionais em que ocorre convívio com outros integrantes que compartilham da mesma fé como na comunidade religiosa que é suporte para os idosos, inclusive para os que estão enfrentando o luto³⁹. Essa relação também está na capacidade do idoso de se relacionar com sua família, e assim garantir o seu bem-estar e de seus familiares.

Segundo Frankl³⁸, o que é importante para cada indivíduo deve ser valorizado, as experiências vivenciadas ao longo da vida auxiliam no enfrentamento das situações adversas. Isso favorece as escolhas e a busca pelo sentido de existir; pois frente aos desafios da velhice, o idoso pode ceder ao sofrimento e ser vencido, ou aprender por meio das lições oferecidas pelas dificuldades e fortalecer as vivências relacionadas ao desenvolvimento e manutenção da Qualidade de Vida.

Considerações finais

A espiritualidade foi concebida principalmente como Apoio, Relação com o Sagrado e Transcendência. A espiritualidade está voltada para a relação do indivíduo com o que está além de si

mesmo – transcendente; e a religião/religiosidade está relacionada a aspectos mais restritos dessa relação; a distinção entre os termos, foi definida pela Afiliação religiosa.

Todos os idosos reconhecem a importância da espiritualidade em suas vidas, e sua relação com a velhice está na capacidade de suportar as limitações, perdas e dificuldades inerentes ao processo, enfrentando os sofrimentos. Sendo experimentada nessa fase, por meio da satisfação em vivê-la de forma contínua, pois não há uma intensificação na importância e sim um amadurecimento e aprofundamento dessa vivência.

Sua influência sobre a Qualidade de Vida é percebida, principalmente, no domínio Psicológico, favorecendo o desenvolvimento de pensamentos e sentimentos positivos que conferem aos participantes altos níveis de satisfação com sua qualidade de vida. Diante do exposto, podemos considerar que a escolha dos instrumentos se mostrou adequada às necessidades desse estudo.

O estudo apresentou como limitação o reduzido número de participantes que, embora esteja adequado à abordagem qualitativa, não permite aprofundamento na análise quantitativa e inviabiliza quaisquer generalizações. No entanto, espera-se com esta pesquisa ter contribuído com o esclarecimento do papel e da importância da espiritualidade na velhice e para a qualidade de vida de idosos. Sugere-se que pesquisas complementares sejam realizadas, na ampliação e melhor compreensão dessa temática, sendo de grande importância que os profissionais da saúde valorizem a Espiritualidade para um cuidado holístico que promova saúde e qualidade de vida dos idosos.

Colaboradores

LJ Chaves participou de toda a elaboração, coleta, análise, interpretação dos dados e de toda redação do artigo. CA Gil foi a orientadora e participou da elaboração, análise, interpretação dos dados, redação e aprovação da versão a ser publicada.

Referências

- Bassit AZ, Witter C. Envelhecimento: objeto de estudo e campo de intervenção. In: Witter GP, organizadora. *Envelhecimento: referenciais teóricos e pesquisas*. Campinas: Alínea; 2010. p. 15-31;
- Sommerhalder C. *Religiosidade, suporte social, experiência de eventos estressantes e sintomas depressivos entre idosos residentes na comunidade: dados do PENSA* [tese]. Campinas: Universidade Estadual de Campinas; 2006.
- Santana MC, Cupertino APFB, Neri AL. Significados de religiosidade segundo idosos residentes na comunidade. *Geriat & Geront* 2009; 3(2):70-77.
- Vieira MGO. *Velhice e espiritualidade: reflexões sobre as transformações do envelhecer* [dissertação]. Brasília: Universidade de Brasília, 2009.
- Koenig HG, McCullough M, Larson DB. *Handbook of religion and health: a century of research reviewed*. New York: Oxford University Press; 2001.
- Kovács MJ. Espiritualidade e psicologia – cuidados compartilhados. *O mundo da saúde* 2007; 31(2):246-255.
- Lucchetti G, Lucchetti ALG, Bassi RM, Nasri F, Nacif SAP. O idoso e sua espiritualidade: impacto sobre diferentes aspectos do envelhecimento. *Rev Bras Geriatr e Gerontol* [periódico na Internet]. 2011 Jan-Mar [acessado 2014 jun 26]; 14(1):[cerca de 10 p.]. Disponível em: <http://revista.unati.uerj.br/pdf/rbagg/v14n1/v14n1a16.pdf>
- Goldstein LL, Sommerhalder C. Religiosidade, espiritualidade e significado existencial na vida adulta e na velhice. In: Freitas EV, organizadora. *Tratado de geriatria e gerontologia*. Rio de Janeiro: Guanabara-Koogan; 2002. p. 950-955.
- Socci V. Religiosidade e o adulto idoso. In: Witter GP, organizadora. *Envelhecimento: referenciais teóricos e pesquisas*. Campinas: Alínea; 2010. p. 87-101.
- Neri AL. *Palavras-chave em gerontologia*. 3ª ed. Campinas: Alínea; 2008.
- Neri AL. Envelhecimento e qualidade de vida na mulher. In: *Congresso Paulista de Geriatria e Gerontologia*; 2001; São Paulo.
- Rocha NS, Panzini RG, Fleck MPA. Desenvolvimento do módulo para avaliar espiritualidade, religiosidade e crenças pessoais do WHOQOL (WHOQOL-SRPB). In: Fleck MPA, organizador. *A Avaliação da Qualidade de Vida: Guia para profissionais da saúde*. Porto Alegre: Artmed; 2008. p. 93-101.
- Gil AC. *Métodos e técnicas de pesquisa social*. 6ª ed. São Paulo: Atlas; 2010.
- Bardin L. *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70; 2011.
- Belo I. Velhice e mulher: vulnerabilidade e conquistas. *Rev Feminismos da UFBA* 2013; 1(3).
- Silva CMJS. *Espiritualidade e religiosidade das pessoas idosas consequências para a saúde* [tese]. Lisboa: Universidade Católica Portuguesa; 2012.
- Jung CG. *A natureza da psique*. Petrópolis: Vozes; 1971.
- Koenig HG. *Medicina, Religião e Saúde: o encontro da ciência e da espiritualidade*. Porto Alegre: L&PM; 2012.
- Costa FB. *Espiritualidade, Religiosidade e Qualidade de Vida em idosos* [dissertação]. Porto Alegre: Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul; 2012.
- Moreira-Almeida A, Lotufo Neto F, Koenig HG. Religiousness and mental health: a review. *Rev Bras Psiquiatr* 2006; 28(3):242-250.
- Park CL. Religious and Spiritual Issues in Health and Aging. In: Aldwin CM, Park CL, Spiro A, editors. In: *Handbook of health psychology and aging*. New York: Guilford Press; 2007. p. 227-249.
- Guimarães HP, Avezum A. O Impacto da espiritualidade na Saúde Física. *Rev Psiq Clín* [periódico na Internet]. 2007 [acessado 2012 nov 14]; 34(Supl. 1):[cerca de 6 p.]. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-60832007000700012&lng=en&nrm=iso.
- Witter C. *Psicologia Escolar: produção científica, formação e atuação (1990-1994)* [tese]. São Paulo: Universidade de São Paulo; 1996.
- Frankl VE. *A presença ignorada de Deus*. 2ª ed. Petrópolis: Vozes; 1992.
- Guerrero GP. *Associação da Espiritualidade na Qualidade de Vida relacionada à Saúde de Pacientes com Câncer de Cabeça e Pescoço* [dissertação]. Ribeirão Preto: Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo; 2011.
- Crowther MR, Parker MW, Achenbaum WA, Larimore WL, Koenig HG. Rowe and Kahn's model of successful aging revisited: positive spirituality – the forgotten factor. *The Gerontologist* 2002; 42(5):613-620.
- Sawatzky R, Ratner PA, Chiu LA. A Meta-Analysis of the Relationship Between Spirituality and Quality of life. *Social Indicators Research* 2005; 72(2):153-188.
- Freitas ACP. *Espiritualidade e sentido de vida na velhice tardia* [dissertação]. Belo Horizonte: Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais; 2010.
- Seligman MEP. *Felicidade autêntica*. Rio de Janeiro: Objetiva; 2004.
- Arcuri IPG. Velhice e Espiritualidade - Metanoia, “A segunda metade da vida”, segundo Carl Gustav Jung. *Revista Kairós* 2012; 15(3):87-104
- Souza TBG. *Religiosidade e envelhecimento: panorama dos idosos do município de São Paulo* [dissertação]. São Paulo: Universidade de São Paulo; 2011.
- Pietrukowicz MCLC. *Apoio Social e Religião: uma forma de enfrentamento dos problemas de saúde* [dissertação]. Rio de Janeiro: Escola Nacional de Saúde Pública; 2001.
- Sanchez ZVDM, Nappo SA. A religiosidade, a espiritualidade e o consumo de drogas. *Rev de Psiq Clín* 2007; 34(Supl. 1):73-81.
- Minayo MCS. Visão antropológica do envelhecimento humano. In: Minayo MCS. *Velhices: reflexões contemporâneas*. São Paulo: SESC; 2006.
- Moraes JFD, Souza VBA. Factors associated with the successful aging of the socially-active elderly in the metropolitan region of Porto Alegre. *Rev Bras Psiquiatr* 2005; 27(4):302-308.
- Santos NC. *Crenças dos alunos de graduação em enfermagem sobre o cuidar do idoso* [dissertação]. São Paulo: Universidade de São Paulo; 2006.
- Santos WJ. *A Religiosidade como Estratégia de Enfrentamento do processo de Incapacidade Funcional dos Idosos da Cidade de Bambuí, Minas Gerais* [dissertação]. Rio de Janeiro: Fundação Oswaldo Cruz; 2012.

38. Frankl VE. *Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração*. Petrópolis: Vozes; 1994.
39. Farinasso ALC. *A vivência do luto em viúvas idosas e sua interface com a religiosidade e espiritualidade: um estudo clínico-qualitativo* [tese]. Ribeirão Preto: Universidade de São Paulo; 2011.
40. Lichtenfels H. *Satisfação e sentido de vida no envelhecimento* [dissertação]. São Leopoldo: Escola Superior de Teologia de São Leopoldo; 2002.
41. Krause N. Meaning in life and mortality. *Journal of Gerontology: Social Sciences* 2009; 64B(4):517-527.
42. Francileudo FA, Martins JCO, Brasileiro FNV. O ser humano diante do absoluto: uma leitura da experiência religiosa-espiritual por meio da óptica psicológica. *Rev Kairós* 2012; 10(2):200-218.
43. Staudinger UM, Marsiske M, Baltes PB. Resiliência e níveis de capacidade de reserva na velhice: perspectivas da teoria do curso da vida. In: Neri AL, organizador. *Psicologia do envelhecimento: temas selecionados na perspectiva de curso de vida*. Campinas: Papirus; 1995. p. 195-228.
44. Moraes NAS, Witter GP. Velhice: qualidade de vida intrínseca e extrínseca. *Bol de Psicol* 2007; 57(127):215-238.
45. Abdala GA. *Religiosidade e Qualidade de Vida relacionada a saúde de idosos: estudo populacional na cidade de São Paulo* [tese]. São Paulo: Universidade de São Paulo; 2013.
46. Moreira-Almeida A, Koenig HG, Lucchetti G. Clinical implications of spirituality to mental health: review of evidence and practical guidelines. *Rev Bras Psiquiatr* 2014; 36(2):176-182.

Artigo apresentado em 24/07/2014

Aprovado em 05/12/2014

Versão final apresentada em 07/12/2014