

A RELAÇÃO ENTRE LONGEVIDADE E ESPIRITUALIDADE: O PAPEL DA FÉ E DA RELIGIÃO NA SAÚDE MENTAL DOS IDOSOS

THE RELATIONSHIP BETWEEN LONGEVITY AND SPIRITUALITY: THE ROLE OF FAITH AND RELIGION IN THE MENTAL HEALTH OF THE ELDERLY

¹Clenilton Martins Faria

²Caroline Rodrigues Castro

³Jackson Santos Dos Reis

⁴Carlos Henrique Rodrigues Castro

⁵Janaína Almeida Silva

¹ Mestre em Psicogerontologia pelo Instituto Educatie de Ensino e Pesquisa (EDUCATIE). Especialista em Psicologia Social pela Universidade Santo Amaro (UNISA). Especialista em Psicologia da Saúde pela Faculdade Cidade Verde (FCV). Graduado em Psicologia pela Universidade Vale do Rio Doce (UNIVALE). Graduado em Pedagogia pela Faculdade IBRA de Brasília (FABRAS). E-mail: cleniltonfaria@hotmail.com

² Mestre em Psicogerontologia pelo Instituto Educatie de Ensino e Pesquisa (EDUCATIE). Especialista em Diagnóstico por imagem CBR. Graduada em Medicina pela Faculdade de medicina do Vale do Aço. Docente do curso de medicina da UNIVERSIDADE ESTADUAL DO SUDOESTE DA BAHIA (UESB). E-mail: carolrcaastro@hotmail.com

³ Mestre em Psicogerontologia (EDUCATIE), Gerontologia (UNEATLANTICO) e Gerontologia Social (UNINI), com especializações em Gestão Escolar e Coordenação Pedagógica (UNYLEYA), Saúde Coletiva (FVC), Pedagogia Social (UCAM), Tutoria em Educação a Distância (UCAM), Educação, Pobreza e Desigualdade Social (UFBA), além de Pós-graduação em andamento em Geriatria e Gerontologia (UNIANCHIETA) e Atendimento Clínico à Diversidade Sexual e de Gênero (IPPERG/FAUSP). Graduado em Serviço Social (UNIFACS), Pedagogia (UNYLEYA), História (FACIBA) e Tecnólogo em Gerontologia Cuidado ao Idoso (UNINTER), atualmente cursa Psicologia (CAIRU). Atua com foco nas áreas de Gerontologia, Serviço Social, Cuidados Paliativos, Política Social, Gestão Social, Saúde LGBTQIAPN+ e Educação a Distância. E-mail: Prof.jacksonreis@unyleya.edu.br

⁴ Mestre em Psicogerontologia pelo Instituto Educatie de Ensino e Pesquisa (EDUCATIE). Especialista em Geriatria e Gerontologia pelo Centro Geriátrico Julia Magalhães das Obras Sociais da Irmã Dulce. Especialista em Gastroenterologia pela Faculdade de Redentor. Especialista em Endoscopia Digestiva Alta pela Faculdade IPEMEDE de Ciências Médicas (IPEMED). Graduado em Medicina pelo Instituto de Ensino Superior (IMES). Email: geniomedico@yahoo.com.br.

⁵ Graduada em Medicina pela Universidade Estadual de Feira de Santana (UEFS). Realizou estágio em Geriatria e Gerontologia (Centro Geriátrico Julia Magalhães das Obras Sociais da Irmã Dulce). E-mail - janainameduefs@yahoo.com.br.

RESUMO

Este resumo expandido investiga a relação entre longevidade e espiritualidade, analisando como a fé e a religião impactam a saúde mental dos idosos. A pesquisa foi realizada por meio de revisão de literatura em bases científicas relevantes, selecionando artigos publicados entre 2020 e 2025. Os resultados indicam que a espiritualidade atua como fator protetor contra transtornos mentais, promovendo resiliência emocional, suporte social e bem-estar psicológico. Conclui-se que a fé e a prática religiosa são fundamentais para a promoção da qualidade de vida na terceira idade, sendo essenciais na formulação de políticas públicas voltadas ao envelhecimento saudável.

Palavras-chave: Longevidade. Espiritualidade. Saúde mental. Idosos. Religião.

ABSTRACT

This expanded abstract investigates the relationship between longevity and spirituality, analyzing how faith and religion impact the mental health of the elderly. The research was conducted through a literature review in relevant scientific databases, selecting articles published between 2018 and 2023. The results indicate that spirituality acts as a protective factor against mental disorders, promoting emotional resilience, social support, and psychological well-being. It is concluded that faith and religious practice are fundamental for promoting quality of life in old age and are essential in shaping public policies aimed at healthy aging.

Keywords: Longevity. Spirituality. Mental health. Elderly. Religion.

Este resumo expandido tem como objetivo investigar a relação entre longevidade e espiritualidade, analisando o papel da fé e da religião na saúde mental dos idosos. A questão de pesquisa emergiu da observação do crescente envelhecimento populacional e das discussões acadêmicas sobre os fatores que influenciam a qualidade de vida na terceira idade. Estudos recentes apontam que a espiritualidade pode exercer um papel fundamental na resiliência psicológica, na redução de sintomas depressivos e na promoção do bem-estar emocional dos idosos. Diante disso, o problema a ser analisado neste estudo será: de que maneira a espiritualidade e a prática religiosa contribuem para a saúde mental e a longevidade dos idosos?

A relevância deste estudo se justifica pelo aumento da expectativa de vida global e a necessidade de compreender como fatores psicológicos e sociais, como a fé e a religião, impactam a saúde mental dos idosos. Embora existam pesquisas que abordam aspectos individuais da espiritualidade na vida adulta, há uma lacuna no conhecimento sobre sua interação com a longevidade e o bem-estar mental na

terceira idade. O estudo pretende contribuir para o campo da psicologia do envelhecimento e para o desenvolvimento de estratégias de intervenção que promovam a qualidade de vida da população idosa.

A metodologia adotada para este estudo foi a revisão de literatura baseada na análise de artigos científicos indexados nas bases de dados Google Acadêmico, Scielo, PubMed, BVS Psi e Periódicos CAPES. Para garantir a atualidade dos achados, foram selecionadas publicações entre os anos de 2020 e 2025. Os critérios de inclusão consideraram artigos publicados em português e inglês que discutissem o impacto da espiritualidade na saúde mental e longevidade dos idosos. Como critério de exclusão, foram desconsiderados estudos que não apresentavam acesso ao texto completo ou que tratavam a espiritualidade de maneira puramente teológica, sem relação direta com a saúde mental.

De acordo com Costa e Almeida (2025), a espiritualidade tem sido reconhecida como um fator protetor contra transtornos mentais em idosos, promovendo uma melhor adaptação às mudanças da vida e ao luto. Além disso, a prática religiosa está associada à redução de estresse e ansiedade, proporcionando um suporte social significativo (SILVA; SOUZA, 2020). Segundo a Organização Mundial da Saúde (2022), aspectos espirituais devem ser considerados na formulação de políticas públicas para o envelhecimento saudável, uma vez que influenciam diretamente a percepção de qualidade de vida e bem-estar subjetivo.

Os achados deste estudo sugerem que a espiritualidade pode atuar como um mecanismo de enfrentamento essencial para idosos, promovendo não apenas a saúde mental, mas também um sentido de propósito e conexão social. A fé e as práticas religiosas auxiliam no enfrentamento de desafios comuns na terceira idade, como a solidão, a perda de entes queridos e o declínio funcional, favorecendo a resiliência emocional e o suporte social.

Conclui-se que a espiritualidade e a religião desempenham um papel crucial na promoção da saúde mental e longevidade dos idosos, sendo fundamentais para a construção de estratégias de cuidado integral nessa população. Portanto, sugere-se a incorporação de abordagens que valorizem aspectos espirituais no atendimento a idosos, tanto em contextos clínicos quanto em políticas de assistência social voltadas ao envelhecimento saudável.

REFERÊNCIAS

COSTA, R. A.; ALMEIDA, J. P. Espiritualidade e saúde mental na terceira idade: um estudo longitudinal. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 24, n. 3, p. 412-428, 2025.

SILVA, M. R.; SOUZA, L. M. Fé e resiliência: a influência da religião na saúde mental dos idosos. *Psicologia & Sociedade*, v. 32, n. 2, p. 215-230, 2020.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Envelhecimento Saudável: Relatório Global. Genebra: OMS, 2022. Disponível em: [link]. Acesso em: 20 de março de 2025.