



Dinâmica Espírita

REVISTA Nº 121

Junho/2024

Curta nossa página no Facebook:

<https://www.facebook.com/ceamorepaz>

Espiritualidade, Saúde e Medicina Onde a Medicina e a Espiritualidade se encontram

Muitos cientistas põem em dúvida ou ignoram a evidência generalizada de um nível espiritual de realidade além do que é experimentado com os sentidos físicos.

Eles desconhecem a possibilidade de vida após a morte, embora as evidências disponíveis tenham vastas implicações para os valores da vida humana. As possibilidades de vida espiritual após a morte e de continuidade da consciência, independente da atividade do cérebro humano, são importantes demais para serem ignoradas com base na opinião e no preconceito.

Há, hoje em dia, evidências, com comprovação científica, de que a desconexão do corpo com a mente e a impossibilidade de se adotar bons pensamentos, tal qual o perdão, favorece as doenças. Essa relação entre espiritualidade, saúde e medicina é tema cada vez mais discutido e estudado. Embora a medicina tradicional tenha se concentrado em tratamentos físicos e químicos, observa-

se que já existem muitos profissionais da área de saúde que estão começando a reconhecer a importância da espiritualidade para a melhoria da saúde e do bem-estar de seus pacientes.

Se a vida sobrevive à morte, e a consciência não é explicada apenas pelo cérebro físico, então parece necessário e sábio admitir um aspecto transcendente à realidade, como fizeram muitos de nossos filósofos e cientistas mais criativos ao longo da história.

E há evidências de que a crença na vida após a morte pode ter um impacto positivo na saúde mental, associando-se com menos ansiedade e menos pensamentos suicidas, assim como com maior bem-estar, satisfação com a vida e com a crença em um mundo equitativo também são reportadas na literatura. (Dr. Alexander. Moreira-Almeida; *Ciência da Vida após a Morte, ed. ampla, 2022*).

“A questão de saber se o homem sobrevive após a morte é certamente uma das mais importantes que ele pode perguntar sobre si mesmo (...), apesar de formidáveis dificuldades, a questão é passível de investigação empírica”
(Ian Stevenson, M.D, 1977)

Espiritualidade

Para melhor se entender essa equação, inicialmente vamos definir o conceito de espiritualidade.

A espiritualidade se refere ao transcendente e o sagrado, a busca do que está além da existência humana.

Pode-se entender como a forma com que o indivíduo busca e expressa o sentido e o propósito da vida, e dos meios que encontra para se conectar consigo, com o outro, com a natureza e com o sagrado.

Portanto, espiritualidade pode ser definida como uma busca pessoal por respostas sobre a vida, sobre o propósito, envolvendo crenças, práticas e experiências que afetam o bem-estar global do indivíduo, até de aspectos existenciais e transcendentais, indo além das fronteiras religiosas tradicionais (*Contemporary Journal, Vol. 5 Nº3: 2025*).

A religião pode ser definida como um conjunto de crenças, práticas e rituais que dizem respeito ao transcendente, que pode ser Deus nas tradições religiosas ocidentais ou, nas orientais a última verdade, a realidade ou a iluminação, podendo ser exercida de forma coletiva ou individual. Além disso, pode incluir crenças sobre espíritos, anjos ou demônios, o destino após a morte e regras para orientar a conduta na vida atual (*Harold Konig, psiquiatra, Duke University*).

A espiritualidade tem sido reconhecida por seu papel na promoção do bem-estar mental, emocional e físico, especialmente em indivíduos com doenças crônicas, ao proporcionar suporte social, resiliência psicológica e motivação para hábitos saudáveis. E as práticas espirituais – como oração, meditação e *mindfulness*, têm demonstrado benefícios na regulação da qualidade de vida e no enfrentamento de desafios médicos.

Na medicina contemporânea, a espiritualidade tem sido reconhecida como uma dimensão essencial do cuidado holístico - abordagem que considera a pessoa como um todo, integrando os aspectos físicos, mentais, emocionais e espirituais, considerando a saúde não apenas como ausência de doença, mas como um estado de bem-estar físico, mental e social. Estudos demonstram que a espiritualidade pode impactar positivamente diversas condições de saúde. Pacientes com maior engajamento espiritual tendem a apresentar melhor qualidade de vida, maior capacidade de enfrentamento de doenças crônicas e menores níveis de ansiedade e depressão.

No cuidado paliativo, por exemplo, a espiritualidade oferece suporte emocional e sentido para pacientes com doenças graves ou terminais. Além disso, a influência da religiosidade/espiritualidade na mortalidade é comparável a

diversas estratégias de prevenção primária, secundária e terciária em saúde (Palmer et. Al. 2009; Koenig, 2009; Miller et al. 2011; Lucchetti et. Al., 2011).

A OMS (Organização mundial da Saúde) reconhece sua influência na qualidade de vida e dos pacientes.

Vale recordar que no Catálogo Internacional de Doenças (CID F.44.3 – *DIAGNÓSTICO E TRATAMENTO ESPIRITUAL*) o médico deve considerar os Estados de Transe e Possessão.

A OMS – Organização Mundial da Saúde, reconhece a importância da espiritualidade como um dos componentes de saúde integral e o CID 10 – Código Internacional de Doenças possui o código F.44.3

– Transtorno de Transe e Possessão que distingue sensibilidade mediúnica de doença mental.

Estamos vivenciando uma verdadeira epidemia de Doenças Mentais como Depressão, Esquizofrenia, Humor Bipolar, Síndrome do Pânico e uma crescente de tentativas e suicídios bem-sucedidos, aonde dentre as queixas dos pacientes e vítimas temos a recorrência de “ouvir vozes”, “ver mortos ou espíritos”, “perda da consciência e falar em outras línguas”, dentre outros sintomas que podem ser causados por sensibilidade espiritual e não por doença mental.

Para espiritualistas, padres, pastores e médiuns, o Diagnóstico Espiritual do CID F44.3 é muito comum, entre pessoas de todas as idades em que “ver e ouvir vozes” ou mesmo ter “pensamentos repetitivos e negativos” é tratado como sensibilidade espiritual e não como “doença mental”.

Em contrapartida, o Diagnóstico Médico e Psiquiátrico do CID F44.3 pode ser prejudicado e até mesmo impossibilitado em função da necessidade de habilidades mediúnicas e sensitivas para realizar este diagnóstico que é espiritual, além das crenças pessoais do médico.

- Os Católicos tratam com o Exorcismo;
- Os Espíritas tratam com a Desobsessão;
- Os Evangélicos tratam com o Exorcismo
- Os Umbandistas tratam com a Desobsessão.

Medicina

O crescente interesse da medicina pela espiritualidade reflete uma tendência global de humanização do cuidado com foco no paciente. Porém, os desafios ainda são grandes, tais como a necessidade de maior capacitação profissional e padronização nas abordagens, para se lidar com questões espirituais na prática clínica.

A integração da espiritualidade na prática médica reconhece a saúde como fenômeno que abrange dimensões físicas, emocionais e espirituais. Evidências científicas demonstram que essa abordagem pode fortalecer a resiliência, promover o bem-estar e auxiliar no enfrentamento de doenças graves. Sua incorporação deve ser ética e fundamentada, garantindo que a espiritualidade atue como um complemento aos tratamentos médicos, e não como seu substituto. Aqui vale recordar o alerta que as casas espiritualistas sempre informam: *“O tratamento espiritual não substitui o devido tratamento e acompanhamento médico”*.

Para que essa integração seja aplicada de maneira eficaz são necessários que mais estudos embasem diretrizes e protocolos padronizados, assegurando que a espiritualidade seja incorporada de forma estruturada e baseada em evidências. Dessa forma, a medicina poderá oferecer um cuidado mais humano e integral, alinhado às necessidades e valores dos pacientes.

Em janeiro de 2020, dados de uma pesquisa realizada pela empresa *YouGov* colocaram o cultivar a espiritualidade entre os dez primeiros objetivos que as pessoas gostariam de alcançar ao longo dos então vindouros 12 meses. Naqueles dias, ninguém poderia imaginar o advento da pandemia do coronavírus, nem as perdas que toda a população do globo vivenciaria (*Cristina Almeida, site UOL VIVA BEM, julho 2020*).

Há tempos os médicos observam em seus pacientes necessidades espirituais, e considerá-las no momento de traçar um plano terapêutico pode aumentar as suas chances de sucesso. Esta é a razão pela qual a comunidade científica tem

discutido a necessidade em se revisar o conceito de saúde da OMS, que a define como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não só a ausência de doença ou enfermidade”.

Afinal, a saúde é apenas um dos indicadores de qualidade de vida, que também consideram questões como espiritualidade, cultura, valores, entre outros fatores, na complexa equação que busca entender como os aspectos positivos e negativos da realidade de cada pessoa influenciam em seu bem-estar geral. *(Alexander Moreira-Almeida, fundador e coordenador do NUPES – Núcleo de Pesquisas em Espiritualidade e Saúde da UFJF).*

Diante dessa realidade, a maioria das escolas de medicina dos Estados Unidos já integrou a espiritualidade em seus currículos, e o Brasil não é exceção, uma vez que uma pesquisa da Datafolha mostrou que cerca de 90% da população nacional tem uma religião.

Por trás do objetivo em se treinar médicos e equipes de saúde a lidarem com a espiritualidade de seus pacientes, está o reconhecimento de que, mesmo com “a mais alta das mais avançadas das tecnologias”, até o momento não foi possível resolver o mistério do sofrimento.

Religião e Medicina

Religião e Medicina têm uma longa história de proximidade, como lembra Dr. Alexander Moreira-Almeida (*Ciência da Vida após a Morte, ampla editora, 2022*).

A possibilidade de vida após a morte é o mais antigo e talvez o mais importante de todos os mistérios sobre a natureza fundamental da vida e da consciência.

Em todas as culturas sempre existiu a figura de um líder espiritual que “cuida” das doenças da alma, mas também das mazelas do corpo. Desde a Idade Média e até a Revolução Francesa muitos médicos eram clérigos, as organizações e ordens religiosas mantinham hospitais, e as elas também cabia licenciar os profissionais para a prática médica. A dissociação dessa “parceria” é recente e

se deu, principalmente, a partir do Iluminismo, momento no qual a ciência passou a se dedicar a tudo, menos à crença religiosa.

Talvez essa estreita relação com o dever de escuta do sacerdócio explique a razão por que as necessidades espirituais começaram a chamar a atenção nos consultórios médicos. A questão não se vinculava e nem se vincula a questões morais ou de valor, como o fato de que pessoas religiosas, por praticarem uma fé, mereçam ser mais saudáveis, ou o seu contrário – os que não praticam nenhum credo, fatalmente, teriam escores de saúde mais baixos. O que conta, nesse contexto, é a espiritualidade, cujo conceito não exclui religião e religiosidade, mas a elas não se restringe.

Trata-se da convicção de que há algo para além do mundo material e físico, o que abrange a ideia de Deus, de espírito ou mesmo a ancestralidade. Tal espiritualidade pode até ser institucionalizada por determinado grupo que compartilha crenças e práticas, o que conhecemos como religião.

Ao vivenciarem o sofrimento, uma crise, a dor, a doença e a morte, as pessoas têm sede de sentido, ou seja, desejam encontrar respostas que justifiquem essas adversidades. Para muitos, esta será a primeira ocasião do enfrentamento da transitoriedade da vida.

Perguntas comuns que os médicos ouvem são: por que isso está acontecendo comigo? O que fiz para merecer isso? E por vezes surge a rápida conclusão de que tal revés seria consequência de algum erro do passado, um “castigo divino”.

Segundo Dr. José Genilson Alves Ribeiro, professor da disciplina Medicina e Espiritualidade da UFF, ao perceber esses sentimentos, o profissional da área da saúde precisa ser capaz de saber o que isso representa naquele contexto. Cabe a ele lembrar ao paciente o valor da espiritualidade e como ela pode ajudá-lo naquele momento.

Estudos Científicos

Já foram realizados e divulgados inúmeros estudos científicos que mostram os efeitos benéficos da prática religiosa e da espiritualidade na saúde. Os profissionais precisam aprender a fazer um diagnóstico do perfil do paciente, respeitando seus valores pessoais, é o que diz Dr. Frederico Camelo Leão, coordenador do *PROSER – IPq-FMUSP*. Já criamos até uma anamnese espiritual-religiosa, que é exercitar a escuta. A partir das características do paciente, o médico poderá fazer algum tipo de sugestão para ajudá-lo, ele complementa.

Os céticos dirão que a religião pode ser fonte de preconceito, exclusão, práticas obsessivas, problemas psicossociais e de relacionamento, sem falar que ainda podem atrasar diagnósticos. É o próprio Dr. Harold Koenig que reconhece isso. Contudo, ele afirma que, na maioria das vezes, ela promove o bem-estar.

E as suas vantagens não se limitam à saúde mental. Cultivar a espiritualidade já tem sido objeto de muitos estudos que a associam à prevenção e melhora das seguintes enfermidades:

- Doença arterial coronária
- Hipertensão
- AVC (Acidente Vascular Cerebral)
- Alzheimer e demência
- Funções imunológica e endócrina
- Câncer
- Dor
- Longevidade

Mesmo quando se considera o modelo de patogênese (as causas das doenças), espiritualidade e religiosidade aparecem como fatores preventivos. É o que afirma o cardiologista Dr. Álvaro Avezum - da SOCESP - Sociedade de Cardiologia do Estado de São Paulo, que explica que o processo de adoecimento, seja ele cardiovascular ou por câncer, passa pela má adaptação

da sociedade no estilo de vida. Tudo começa com o sedentarismo, alimentação não saudável, tabagismo, além de estresse e depressão. Os dois últimos fatores, em especial, também influenciam as relações com os outros e consigo mesmo.

Atitudes negativas como a falta de perdão, rancor, ressentimento, desejo de vingança e egoísmo precisam ser cunhadas de enfermidades morais. Tais sentimentos liberam hormônios nocivos à saúde. Se a linha de chegada é a doença, essas posturas devem ser prevenidas e tratadas. É aqui que entra a espiritualidade —um aspecto dinâmico de todas as pessoas que influencia a vida de relacionamento por meio de sentimentos, enfrentamento, propósito e atitudes.

A ideia não é que a espiritualidade e a religiosidade entrem como uma alternativa ao tratamento médico. “É uma forma complementar, dentro da visão de que a busca da saúde é mais do que apenas tomar remédios”.

O psiquiatra Frederico Camelo Leão (Informe USP, 20/01/2014) conta que trabalhos científicos na área indicam que práticas como meditação, orações ou a dedicação a uma denominação religiosa podem estar associadas a melhoras na defesa imunológica e na longevidade. Ao frequentar um templo ou igreja, por exemplo, a pessoa, além de trabalhar sua espiritualidade, tem também suporte social, ou seja, frequenta um lugar onde pode compartilhar experiências e obter apoio, o que traz benefícios à saúde, podendo, inclusive, inibir ímpetus suicidas.

A Associação de Psiquiatria Americana, em 1995, atualizou o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM), incluindo problemas espirituais e religiosos como uma nova categoria diagnóstica, ou seja, eles deixavam de ser classificados como transtornos mentais.

A mudança deu impulso à criação no IPq do Núcleo de Estudos de Problemas Espirituais e Religiosos (NEPER), embrião do ProSER, e motivou estudiosos também em outros países. “A resistência vem de quem acredita que a questão

central da psiquiatria é diagnóstico e medicação. “Mas a psiquiatria não se esgota aí”, complementa Dr. Leão.

Pontos em comum

Alguns pontos em comum entre Espiritualidade, Saúde e Medicina incluem:

1. Busca por significado e propósito: a espiritualidade e a medicina compartilham a busca por significado e propósito na vida.
2. Importância da mente e do espírito: a espiritualidade e a medicina reconhecem a importância da mente e do espírito na saúde e no bem-estar.
3. Conexão com algo maior: a espiritualidade e a medicina podem ajudar as pessoas a se conectarem com algo maior do que si mesmas.

Experiências e estudos

Alguns exemplos de experiências e estudos que demonstram a relação entre Espiritualidade, Saúde e Medicina incluem:

1. Estudos sobre a oração e a meditação: estudos têm demonstrado que a oração e a meditação podem ter efeitos positivos na saúde física e mental.
2. Experiências com médiuns e EQM: alguns estudos têm explorado a relação entre a espiritualidade e a saúde, utilizando técnicas como a mediunidade e a eletroencefalografia (EEG).
3. Bibliografia espírita: A bibliografia espírita, como os livros de Allan Kardec, e a extensa obra e vida de Francisco Cândido Xavier, tem sido estudada e utilizada por alguns profissionais de saúde para entender melhor a relação entre a espiritualidade e a saúde.

Exemplos de experiências

Alguns exemplos, dentre muitas experiências, que demonstram a relação entre espiritualidade, saúde e medicina incluem:

1. O caso de Danah Zohar: Danah Zohar, uma autora e pesquisadora, relatou uma experiência de quase-morte que a levou a explorar a relação entre a espiritualidade e a saúde.
2. O trabalho de Dr. Eben Alexander: Dr. Eben Alexander, um neurocirurgião, relatou uma experiência de quase-morte que o levou a explorar a relação entre a espiritualidade e a saúde.
3. O estudo sobre a oração e a saúde: Um estudo publicado na revista *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, encontrou que a oração pode ter efeitos positivos na saúde física e mental.
4. A extenso e detalhada pesquisa do Dr. Sergio Felipe de Oliveira, sobre a glândula pineal
5. A experiência em mais de 40 anos no Lar Frei Luiz, em sessões de materialização e curas espirituais do Dr. Paulo Cesar Frutuoso
6. Chico Xavier, com mais de 450 livros psicografados, abrangendo ampla gama de informações precisas e diferentes estilos de escrita, como cartas, poemas, romances e textos com temática científica, pelos quais nunca aceitou nenhum tipo de pagamento ou presentes, doando todos os direitos autorais para a caridade.

Conclusão

A relação entre espiritualidade, saúde e medicina é tema complexo e multifacetado. Embora ainda haja muito a ser explorado, os estudos e experiências apresentados demonstram a importância da espiritualidade na saúde e no bem-estar.

E, vale lembrar, o Conselho Federal de Medicina (CFM) acaba de criar oficialmente a Comissão de Saúde e Espiritualidade. Pela primeira vez, a medicina institucional reconhece, de forma clara e objetiva, a influência da fé, da religiosidade e da espiritualidade no cuidado com a saúde física e emocional.

E deixo para sua avaliação e sensibilidade, comentário do MD, PhD Robert Cloninger, da Escola de Medicina da Universidade de Washington:

A realização humana não pode ser derivada de coisas materiais externas, como consumo desenfreado, riqueza e poder. Nem a autorrealização procede de crenças baseadas em autoridade externa ou opinião. O que é benéfico é que cada um de nós reflita com a mente aberta sobre o que os outros tem observado acerca dos mistérios da vida, e então cada um olhe profundamente dentro de seu próprio ser para descobrir quem eles são realmente e o que lhes dá satisfação de significado duradouros. Esta jornada interior é interessante e frutífera para aqueles que desejam expandir sua consciência além dos limites de seus sentidos físicos e da mente analítica.

Referência Bibliográfica

- Ciência da Vida após a Morte: Alexander Moreira-Almeida e outros; ed. ampla
- Medicina Mediúnica do Futuro: Paulo Cesar Fructuoso; ed. Frei Luiz
- Saúde Mental à Luz do Evangelho: Inácio Ferreira / Carlos Baccelli; ed. LEEPP
- Estudo da Estrutura da Glândula Pineal Humana": Sergio Felipe de Oliveira, tese de mestrado pela Universidade de São Paulo".

DINÂMICA ESPÍRITA

Editor:

Plínio J. Marafon
Jornalista – MTb nº 9.727/72

**Mandem-nos artigos para publicarmos.
Opiniões sobre a revista e pedidos
para recebê-la via e-mail:
dinamica.espirita@ceamorepaz.org.br**