



CAMPANHA JULHO BRANCO: COM CONSCIÊNCIA, SEM DROGAS

GRUPO DE TRABALHO DE COMBATE AO USO DE DROGAS POR CRIANÇAS E ADOLESCENTES DA SPSP

A ESPIRITUALIDADE E AS DROGAS

Texto divulgado em 20/07/2020

Relatora: Denise Swei Lo *

Membro do Grupo de Trabalho de Combate ao Uso de Drogas por Crianças e Adolescentes da SPSP

Saúde e espiritualidade

1. Espiritualidade e religião

Os conceitos de espiritualidade e religião, por diversas vezes, são usados de maneira similar. Entretanto, “espiritualidade” pode ser definida como uma abertura para Deus, natureza ou universo, em que o indivíduo pode experimentar harmonia com a verdade, sentimentos de amor, esperança, compaixão, inspiração ou iluminação, com um senso de significado e propósito de vida, uma conexão individual com Deus ou com o Transcendente. Já “religião” é a expressão corporativa desta conexão, onde o relacionamento da comunidade com Deus ou com o Transcendente ocorre por meio de um sistema organizado de crenças e práticas.¹ Portanto, os indivíduos podem ser espirituais sem ser religiosos, significando a ênfase na conexão de corpo-alma-espírito, mas não participação de organizações formais religiosas.

As últimas duas décadas foram marcadas pelo reconhecimento científico do papel da espiritualidade na saúde individual e coletiva. O papel central da religião pode ser encontrado nas mais diversas culturas, ao longo da história da humanidade, com a participação geral da comunidade, de seus indivíduos de todas as idades. O Conselho Federal de Medicina emitiu o Parecer CFM nº 2/11, cuja Ementa diz: “Não há que existir incompatibilidades entre a fé e a razão, entre a crença e o conhecimento científico no ensino, nem no exercício da profissão médica, desde que respeitados os princípios básicos irrefutáveis da boa prática médica”.² Portanto, negar a espiritualidade do ser humano, seja criança, adolescente ou adulto, é reduzir a abordagem integral da saúde.



2. Mecanismos de ação da espiritualidade

A espiritualidade e religiosidade atuam na construção da personalidade, inspirando valores morais, normatizando relações de respeito ao próximo, à natureza e à preservação da vida. A frequência regular aos serviços religiosos torna o indivíduo parte da comunidade, com senso de pertencimento, apoio social, sentido de vida e autovalorização.

A espiritualidade e religiosidade agem, fundamentalmente, capacitando o indivíduo em estratégias de adaptação aos eventos estressantes e negativos da vida (*coping*). O termo inglês *coping* não possui uma tradução adequada para a língua portuguesa. Pargament definiu *coping* como “uma busca por um significado em tempos de estresse”, “um processo através do qual os indivíduos procuram entender e lidar com as demandas significantes de suas vidas”.³ Além de avaliar a espiritualidade e religiosidade da família e do adolescente, é pertinente saber se isso age positivamente ou negativamente. Stroppa e Moreira-Almeida adaptaram exemplos de estratégias de *coping* positivo e negativo⁴ (Quadro 1).

Quadro 1 - Estratégias de *Coping* Religioso Espiritual

<i>Coping</i> Positivo	Exemplos
Reavaliação religiosa benevolente	“Tentei encontrar um ensinamento de Deus no que aconteceu”
<i>Coping</i> religioso de colaboração	“Senti que Deus estava atuando junto comigo” “Fiz o melhor que pude e entreguei a situação a Deus”
Foco religioso	“Avaliei meus atos, pensamentos e sentimentos tentando melhorá-los segundo os ensinamentos religiosos” “Pensei sobre como minha vida é parte de uma força espiritual maior” “Pedi a Deus que me ajudasse a encontrar um novo propósito na vida”
Ajuda através da religião	“Ofereci ajuda espiritual a amigos e familiares” “Tentei proporcionar conforto espiritual a outras pessoas”
Apoio espiritual	“Procurei em Deus conforto e orientação” “Procurei o amor e a proteção de Deus”
Apoio de membros da instituição religiosa	“Me juntei a outros que tivessem a mesma fé” “Procurei por amor e cuidado com os membros de minha instituição religiosa”
Perdão religioso	“Pedi a ajuda de Deus para perdoar outras pessoas” “Busquei ajuda espiritual para superar minhas mágoas e ressentimentos”
Conexão espiritual	“Busquei proteção e orientação de entidades espirituais” “Procurei realizar tratamentos espirituais”



Coping Negativo	Exemplos
Reavaliação de Deus como Punitivo	“Fiquei imaginando se Deus tinha me abandonado” “Culpei Deus pela minha situação”
Reavaliação demoníaca ou malévola	“Convenci-me que forças do mal atuaram para isso acontecer”
Reavaliação dos poderes de Deus	“Questionei se Deus tem limites”
Coping religioso por delegação	“Não tentei lidar com a situação, apenas esperei que Deus levasse minhas preocupações embora”
Descontentamento espiritual	“Questionei se Deus realmente se importava”
Descontentamento religioso espiritual	“Senti que meu grupo religioso parecia estar me rejeitando”
Intervenção divina	“Não fiz muito, apenas esperei que Deus resolvesse meus problemas para mim”

Fonte: Stroppa A, Moreira-Almeida A. Religiosidade e Saúde. In: Salgado MI, Freire G, editors. Saúde e Espiritualidade uma nova visão da Medicina. Belo Horizonte (MG): Inede; 2008. p. 427-43.

3. A religiosidade, a espiritualidade, o adolescente e o consumo de drogas

A Organização Mundial da Saúde define a adolescência (idade entre 10 e 19 anos) como o período mais crucial da vida, onde ocorrem intensas mudanças biopsicossociais que impactam na vida adulta. Sendo assim, é um período de riscos e oportunidades para a construção da saúde e bem-estar.⁵ O senso comum e também papel dos pediatras é atuar na promoção da saúde e prevenção de agravos físicos, emocionais e sociais que podem ser irreversíveis. Quanto mais cedo o início de uso de drogas, maior o risco de dependência e de transtornos mentais, tornando o indivíduo propenso ao vício e a problemas relacionados ao uso abusivo de drogas.⁶ Portanto, toda forma de drogas lícitas ou ilícitas deve ser evitada pelo potencial devastador na fase da adolescência. Infelizmente, a experimentação e o consumo de drogas vêm ocorrendo em idade cada vez mais precoce.^{7,8}

As evidências científicas apontam para associação positiva entre altos níveis de religiosidade como efeito protetor para o não consumo de drogas. Esta proteção está diretamente relacionada com a prática da espiritualidade, que pode ser traduzida por meio de pontuações elevadas nos quesitos de número de orações semanais, frequência das atividades religiosas e importância que o indivíduo atribui à sua crença religiosa.⁹⁻¹³ Além disso, os índices de recuperação para os dependentes químicos são melhores quando permeados por abordagem espiritual, quando comparados a dependentes que não recebem esta abordagem.^{9,10} O Quadro 2 ilustra os efeitos protetores e moduladores da religiosidade e da espiritualidade e os fatores que contribuem para isso.¹¹



Quadro 2 – Descrição do efeito protetor e modulador da religiosidade e espiritualidade e os fatores que contribuem para essas propriedades

Efeito protetor e modulador da religiosidade e espiritualidade	Fatores que contribuem para as propriedades protetoras da religiosidade e espiritualidade
Religiosidade foi significativamente associada a menor chance de beber pesado	Envolvimento dos adolescentes que compartilham as mesmas crenças e ideais
Menor chance de exposição ao consumo de bebidas alcoólicas e ao tabagismo	Fornecem apoio, promovem a autoeficiência e oferecem perspectiva ampliada sobre a vida
Associação negativa com o ato de fumar, com uso de drogas ilícitas e medicamento sem prescrição médica	Atitudes conservadoras em relação ao uso de substância
Menor consumo de bebidas alcoólicas	As crenças religiosas influenciam a decisão em sua vida Aderem às regras estabelecidas pelas autoridades Níveis elevados de bem-estar Molda as relações sociais do adolescente psicológico Reduz a associação com os pares desviantes Promovem respeito ao corpo e à mente

Fonte: Felipe AO, Carvalho AM, Andrade CU. Espiritualidade e religião como protetores ao uso de drogas em adolescente. SMAD Rev Eletrônica Saúde Ment Álcool e Drog. 2015;11:49-58.

Conclusão

A prevenção do uso de drogas deve fazer parte da consulta pediátrica desde o início da vida. Encorajar a discussão para que as famílias cultivem a espiritualidade e religiosidade favorece o desenvolvimento de estratégias de adaptação para os eventos estressantes comuns na fase da adolescência, atuando como fator de proteção para a experimentação e abuso de drogas lícitas e ilícitas.

Referências

1. Burnett RG. Faith based programs in the treatment of substance abuse. (Winter 2014). Southern Illinois University Carbondale. 2014:28-9.



2. Conselho Federal de Medicina. Processo-Consulta CFM nº 4.043/10 – Parecer CFM nº 2/11. Relação entre a ciência (Medicina) e a espiritualidade no Brasil. Brasília (DF): CFM; 2011 [cited 2020 Jul 7]. Available from: https://sistemas.cfm.org.br/normas/arquivos/pareceres/BR/2011/2_2011.pdf
3. Pargament KI. The psychology of religion and coping: theory, research, practice. New York: The Guilford Press; 1997.
4. Stroppa A, Moreira-Almeida A. Religiosidade e saúde. Saúde e espiritualidade uma nova visão da medicina. 2008;427-43.
5. World Health Organization. Strengthening intersectoral collaboration for adolescent health: Report of a meeting of regional programme managers. Geneva: Bull World Heal Organ; 2015.
6. Lubman DI, Yücel M, Hall WD. Substance use and the adolescent brain: a toxic combination? J Psychopharmacol. 2007;21:792-4.
7. Brazil - Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa nacional de saúde do escolar 2015 - PeNSE 2015. Rio de Janeiro: IBGE; 2016.
8. Instituto Nacional de Ciência e Tecnologia para Políticas Públicas do Álcool e Outras Drogas-INPAD [homepage on the Internet]. Resultados parciais do II Levantamento Nacional de Álcool e Drogas [cited 2020 Jul 8]. Available from: <http://inpad.org.br/lenad/resultados/maconha/resultados-preliminares/>
9. Sanchez Z, Nappo SA. A religiosidade, a espiritualidade e o consumo de drogas. Rev psiquiatr clin. 2007;34:73-81.
10. Grim BJ, Grim ME. Belief, behavior, and belonging: how faith is indispensable in preventing and recovering from substance abuse. J Relig Health. 2019;58:1713-50.
11. Felipe AO, Carvalho AM, Andrade CU. Espiritualidade e religião como protetores ao uso de drogas em adolescente. SMAD Rev Eletrônica Saúde Ment Álcool e Drog. 2015;11:49.
12. Chen Y, Vanderweele TJ. Associations of religious upbringing with subsequent health and well-being from adolescence to young adulthood: an outcome-wide analysis. Am J Epidemiol. 2018;187:2355-64.
13. Debnam K, Milam AJ, Furr-Holden CD, Bradshaw C. The role of stress and spirituality in adolescent substance use. Subst Use Misuse. 2016;51:733-41.

***Relatora:** Denise Swei Lo

Doutora em Pediatria, Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo

Chefe de Seção Técnica de Pacientes Internos da Divisão de Pediatria do Hospital Universitário da Universidade de São Paulo - São Paulo, SP