

INSTITUTO DE EDUCAÇÃO SUPERIOR LATINO-AMERICANO - IESLA

RELIGIOSIDADE E COMPORTAMENTO HUMANO: Uma Revisão Multidimensional dos Efeitos Psicológicos e Sociais da Fé.¹

Heitor Felipe Carvalho Santos
(discente do 10º período do Curso de Psicologia 1º semestre de 2025)
Orientado pela docente Priscilla Paiva

RESUMO:

A religião e a vida humana estão intrinsecamente ligadas ao longo da história da humanidade, influenciando o desenvolvimento de sociedades e culturas. Diante dessa relação, é possível identificar impactos profundos na psique humana, nos comportamentos e nas interações sociais, mediados por ritos, dogmas e costumes religiosos. Tais efeitos manifestam-se em escalas biopsicossociais, tornando essencial o estudo sistemático desse fenômeno. Este artigo propõe-se a revisar literatura especializada, com o objetivo de analisar os impactos da religião na vida humana sob uma perspectiva psicológica, destacando como práticas e crenças religiosas moldam a experiência individual e coletiva. Por meio de uma revisão narrativa de estudos acadêmicos selecionados, busca-se compreender com maior clareza as evidências científicas sobre o tema, elucidando os reais efeitos da religião na vivência humana.

PALAVRAS-CHAVE:

Religião, Bem-estar, Espiritualidade, Saúde Mental, Psicologia, Comportamento

ABSTRACT:

La religión y la vida humana han estado intrínsecamente ligadas a lo largo de la historia de la humanidad, influyendo en el desarrollo de sociedades y culturas. Frente a esta relación, es posible identificar impactos profundos en la psique humana, en los comportamientos y en las interacciones sociales, mediados por ritos, dogmas y costumbres religiosas. Tales efectos se manifiestan en escalas biopsicossociales, lo que hace esencial el estudio sistemático de este fenómeno. Este artículo se propone revisar literatura especializada con el objetivo de analizar los impactos de la religión en la vida humana desde una perspectiva psicológica, destacando cómo las prácticas y creencias religiosas moldean la experiencia individual y colectiva. A través de una revisión narrativa de estudios académicos seleccionados, se busca comprender con mayor claridad las evidencias científicas sobre el tema, elucidando los efectos reales de la religión en la vivencia humana.

PALABRAS CLAVE

Religión, Bienestar, Espiritualidad, Salud mental, Psicología, Comportamiento.

¹ Artigo científico desenvolvido sob a orientação da prof. Priscilla Paiva, apresentado ao Instituto de Educação Superior Latino-Americano como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel em Psicologia

1 - INTRODUÇÃO

A religião tem acompanhado a história da humanidade de maneira íntima, constituindo-se como um fenômeno sociocultural complexo e multifacetado. Desde os primórdios das civilizações, registros antropológicos e históricos demonstraram que as organizações religiosas não apenas moldaram sistemas de crenças, mas também influenciaram estruturas políticas, normas sociais e explicações para fenômenos naturais conforme apontado por Eliade (1957) no prefácio de sua obra, referenciando o quanto inúmeros acadêmicos de vertentes distintas das ciências humanas trataram o tema e pesquisaram sobre o mesmo ao longo de décadas com o propósito de fazer “análise dos elementos comuns das diversas religiões a fim de decifrar-lhes as leis de evolução e, sobretudo, precisar a origem e a forma primeira da religião.” (Eliade 1957, pág.5). Além disso, desempenharam um papel central na mediação de conflitos, na formação de identidades coletivas e na regulação do comportamento individual e grupal.

Diante deste impacto profundo e duradouro, torna-se imperativo o estudo mais aprofundado, sob uma perspectiva científica, dos efeitos da religião na sociedade contemporânea. Estudos no campo da psicologia, da sociologia e das neurociências têm explorado como as práticas religiosas influenciam variáveis como saúde mental, tomada de decisões e até mesmo a perpetuação de mitos. A análise dessas dinâmicas permite uma compreensão embasada em estudos já apontados acima de mecanismos subjacentes como o viés cognitivo em crenças e o papel dos rituais na estabilidade emocional.

Ao integrar evidências empíricas e teorias consolidadas, pretende-se fomentar um diálogo interdisciplinar que esclareça tanto os benefícios quanto os desafios impostos pela religiosidade nas sociedades. É crucial destacar que o propósito desta análise não reside em questionar a validade ou veracidade da fé em si mesma, mas sim em compreender como algumas áreas da psicologia interpretam e explicam esses fenômenos.

2 - METODOLOGIA

A temática da religiosidade e sua interação com a vivência humana sempre despertou o interesse do autor, tanto por curiosidade intelectual quanto por experiências pessoais ao longo da vida. Essa aproximação subjetiva contribui para o aprofundamento da análise, permitindo uma reflexão mais sensível e contextualizada sobre os efeitos da fé na existência e no comportamento humano, com isso, tratando-se de reunir argumentos que subsidiam a compreensão aprofundada sobre o tema abordado, a metodologia utilizada para a construção deste artigo foi a revisão bibliográfica narrativa. Esse tipo de revisão consiste na análise e interpretação de publicações já existentes, permitindo uma reflexão crítica sobre diferentes abordagens teóricas e empíricas, o que possibilita maior flexibilidade na seleção das fontes e na construção do texto, favorecendo uma visão ampla e contextualizada do assunto investigado. Com isso em mente, as referências selecionadas buscaram oferecer uma abordagem abrangente sobre o conceito de religião, contemplando diferentes dimensões do tema. Foram considerados aspectos históricos, que despertam curiosidade e contextualizam as práticas religiosas; perspectivas acadêmicas provenientes da psicologia, que contribuem para uma observação interdisciplinar; fundamentos psicológicos, que servem de base para a compreensão subjetiva do fenômeno religioso; e, por fim, aspectos métricos que possibilitam uma observação com alguns dados quantificadas do tema, com o objetivo de fornecer uma amostragem superficial de determinados dados relevantes.

3 - DESENVOLVIMENTO

3.1 Conceito e Dimensão da Religiosidade

O avanço deste estudo requer a construção de uma base conceitual acerca da religião, fenômeno cuja complexidade impõe a necessidade de uma abordagem interdisciplinar e metodologicamente abrangente. Como fenômeno humano universal, a religião tem sido objeto de investigação sistemática por diversas áreas do conhecimento, desde a psicologia e sociologia até a antropologia e filosofia.

A própria etimologia do termo revela nuances importantes para sua compreensão. Derivado do latim *religare* que significa religar ou religere que significa reler, observar cuidadosamente. O conceito de religião envolve uma dualidade essencial: de um lado, diz respeito à ligação entre o ser humano e algo transcendente, divino ou sagrado; de outro, abrange conjuntos estruturados de rituais, regras de conduta e princípios éticos que orientam a vida em sociedade.

Para Manoel (2007 p. 107) o conceito de religião diz respeito a um conjunto de regras, ritos e práticas que se estabelecem em uma organização (instituição), ele também ressalta que a função dessa organização é conectar aqueles que seguem os preceitos daquela instituição ao Sagrado.

Já a compreensão do conceito de religiosidade também se mostra fundamental para a proposta da revisão. Nesse sentido, Manoel (2007) destaca:

A religiosidade, na sua condição de característica exclusivamente humana, revela um atributo humano de busca do sagrado, sem especificar o que seja esse sagrado, tanto como fuga, quanto como explicação para o real vivido, ou ainda mesmo para negociações e entendimentos com a ou as divindades na procura de resoluções de problemas cotidianos. (MANOEL, 2007, p. 107).

Essa perspectiva ressalta a religiosidade como uma dimensão intrínseca à experiência humana, que transcende a mera adesão institucional a dogmas, manifestando-se como um fenômeno complexo de busca de significado, transcendência e mediação com o sagrado.

É importante destacar que essas definições devem levar em conta o contexto histórico e geográfico em que se insere, já que as expressões religiosas podem diferir amplamente entre culturas e épocas distintas. Na tradição ocidental, fortemente marcada pela herança judaico-cristã, predomina uma concepção de divindade como entidade transcendente e pessoal, com a qual os fiéis buscam estabelecer uma relação de devoção e inspiração. Já nas tradições orientais, como observamos no hinduísmo e no budismo, tende a prevalecer uma visão mais imanente do sagrado, onde o divino se manifesta na totalidade da existência e na própria natureza (Coutinho, 2012).

O aspecto da regionalização faz-se extremamente importante para a contextualização do homem dentro dos contextos religiosos segundo Bernardi e Castilho (2016). Para eles a compreensão do homem como um todo passa pela compreensão do seu território, e compreender seu território é compreender a cultura e as práticas sociais, o que envolve a religião:

O religioso aparece desde as tribos mais primitivas e em qualquer nível cultural. Ao se analisar as culturas em seu espaço histórico, em sua arte, em sua economia, em seu processo de aprendizagem, identificam-se sinais culturais específicos de cada povo. (BERNARDI e CASTILHO, 2016, p. 752).

Também é salientado que a religião pode ser compreendida como uma via de acesso aos valores que estruturam uma cultura, revelando o modo como as pessoas vivenciam princípios fundamentais em seu contexto social. Como afirmam Mehta e Mishra (2024, p. 25), “a religião tem desempenhado, historicamente, o papel de âncora moral e cultural, ajudando a moldar os padrões de comportamento e os valores centrais de várias sociedades.” Embora seja moldada pela cultura na qual está inserida, a religião também exerce influência sobre essa mesma cultura, contribuindo para transformações nas práticas, normas e concepções daqueles que a compartilham. Mehta e Mishra (2024) destacam que, embora a religião seja influenciada pelo contexto cultural no qual está inserida, ela também tem o poder de transformar essa mesma cultura ao longo do tempo.

Ao explorar sobre os valores éticos predominantes em uma sociedade, a religião fornece elementos para a compreensão das direções que essa coletividade escolhe seguir. Ela se propõe como um horizonte que orienta as condutas humanas na busca por um sentido transcendente, sendo certo que, em nenhuma tradição legítima, esse transcendente se vincula à destruição. A religião, quando bem fundamentada, atua como um elemento de coesão social, reforçando laços comunitários e oferecendo um conjunto de significados compartilhados que ajudam a guiar as ações individuais e coletivas. Como afirmam os autores, “as religiões fornecem uma estrutura ética que orienta não apenas a moral individual, mas também as normas coletivas, funcionando como uma força coesiva dentro da sociedade” (Mehta e Mishra, 2024, p. 27). Dessa forma, ela não apenas reflete os valores de uma sociedade, mas também os molda, influenciando desde as relações interpessoais até as estruturas políticas e econômicas. Mehta e Mishra (2024) reforçam essa ideia ao mostrar que a religião molda não apenas condutas interpessoais, mas também os sistemas sociais mais amplos.

Assim, quando fundamentada em princípios éticos consistentes, a religião pode oferecer uma chave interpretativa valiosa para entender o projeto social de uma comunidade, iluminando o percurso que ela trilha em direção à realização de seus membros enquanto sujeitos inseridos em um coletivo. Isso ressalta a importância da religião não apenas para o indivíduo dentro do grupo, mas também para o coletivo em relação aos seus indivíduos.

A dinâmica entre religião e cultura é, portanto, uma via de mão dupla: se por um lado a religião é influenciada pelo contexto em que está inserida, por outro, ela também atua como força transformadora, ajudando a definir identidades, comportamentos e até mesmo políticas públicas. Em sociedades marcadas pela diversidade cultural, a religião pode servir tanto como ponte de diálogo quanto como elemento de distinção, dependendo de como seus princípios são interpretados e aplicados no cotidiano das comunidades.

A contribuição da psicologia, particularmente através de Carl Gustav Jung, acrescenta uma dimensão importante a essa discussão. Em sua obra "Psicologia e Religião", Jung retoma a etimologia latina *religere* no sentido de "acurada e conscienciosa observação" para destacar o aspecto experiencial do fenômeno religioso. O psicólogo suíço aprofunda essa análise incorporando o conceito de *numinoso*, originalmente proposto por Rudolf Otto em "O Sagrado" (1917), que se refere a uma realidade misteriosa que transcende a compreensão racional, capaz de provocar profundas transformações na consciência individual e coletiva. Essa abordagem ressalta o caráter paradoxal do sagrado, que pode se manifestar tanto através de propriedades visíveis quanto por meio de presenças invisíveis, mas não menos reais em seus efeitos (Jung, 1938).

Tendo estabelecido as bases conceituais sobre a origem e significado da religião, faz-se necessário avançar para uma análise dos seus impactos no campo da psicologia, particularmente através da revisão crítica do trabalho seminal de Farris (2002). Em seu ensaio, o autor propõe uma relação intrínseca entre as práticas religiosas e os processos psicológicos, partindo de uma questão fundamental: qual o verdadeiro impacto da religião na experiência humana? Esta indagação nos conduz a um dilema essencial: As práticas religiosas representam de fato uma conexão com o divino e o transcendente, fenômenos que ultrapassam as explicações científicas convencionais, ou seriam antes manifestações da consciência humana mediadas por sistemas de crenças e estruturas simbólicas?

Historicamente, os conteúdos religiosos eram considerados como emanando diretamente do divino, posição esta que os colocava além do escrutínio crítico, herança do pensamento filosófico pré-socrático. Contudo, com o desenvolvimento da psicologia como disciplina científica e o avanço das ciências humanas em geral, tornou-se possível examinar estas experiências como construções humanas complexas. Farris (2002, p. 27) oferece uma definição particularmente elucidativa ao afirmar que "a experiência religiosa refere-se à percepção da realidade, presença ou atividade de um Ser Supremo, do Sagrado ou de Deus", caracterizando-a ainda como "a resposta do indivíduo, em termos cognitivos e emocionais, ao que ele considera divino", resposta esta que serviria de fundamento para todas as práticas religiosas subsequentes.

A diversidade religiosa que observamos no mundo contemporâneo, com suas variações em ritos, dogmas e contextos socioculturais específicos, moldados por fatores geográficos, históricos e tradições particulares (Silva, 2017) não obscurece o elemento unificador que a literatura especializada identifica: a experiência individual com o transcendente. Esta experiência universal pode ser analisada a partir de duas perspectivas complementares. A primeira enfatiza o papel da mediação cultural e histórica, sugerindo que o ser humano não acede diretamente ao divino, mas antes através dos registros simbólicos legados por gerações anteriores - sejam eles escrituras sagradas, rituais institucionalizados, cantos tradicionais ou narrativas orais. Nas tradições judaico-cristãs, por exemplo, a Bíblia e a Torá funcionam não apenas como textos sagrados, mas como verdadeiros pilares normativos que orientam tanto a conduta cotidiana quanto a vida espiritual dos fiéis. A segunda perspectiva destaca o papel fundamental da transmissão oral e das tradições vivas na constituição da experiência religiosa. Nas religiões de matriz africana praticadas no Brasil, observa-se como a experiência religiosa está indissociavelmente ligada à transmissão direta de conhecimento através da oralidade e da performance ritual (Silva, 2017). Já no Islã, o Alcorão não serve apenas como texto sagrado, mas como um guia moral abrangente que pretende oferecer à humanidade todos os ensinamentos necessários para uma vida reta (Nasr, 1972). Esta dupla perspectiva, a mediação histórica e a experiência direta, revela a complexidade do fenômeno religioso e sua capacidade de se manifestar tanto através de instituições permanentes quanto em experiências pessoais transformadoras.

A contribuição da psicologia, neste contexto, tem sido precisamente a de oferecer ferramentas conceituais para compreender como estes diferentes aspectos da religião, o institucional e o experiencial, o histórico e o imediato, se articulam na psique humana. O trabalho de James² (1902 citado por Louceiro 2007, pag 117-118) sobre as variedades da experiência religiosa, de Jung sobre os arquétipos religiosos, e mais recentemente de pesquisadores como Koenig (2012, p.13) sobre a relação entre religião e saúde mental, demonstram como o fenômeno religioso pode ser abordado cientificamente sem reduzir sua complexidade ou negar sua importância na vida humana. Esta abordagem multifacetada permite-nos apreciar a religião

² JAMES, William. As Variedades da experiência religiosa: Um estudo sobre a natureza humana vol.1 The modern Library (NY). 1902

tanto como um fato social quanto como uma experiência pessoal profunda, ambos igualmente dignos de estudo científico rigoroso.

Ainda sobre as diversas áreas de estudo das ciências, podemos também destacar estudos realizados no âmbito da neurociência, que também usa de seus esforços para poder explicar o fenômeno da religião e suas práticas na escala de seus estudos, ou seja, compreender como o nosso cérebro interage com essas funções. Para isso, foi revisado o trabalho de Cescon (2011), onde, no começo de seu trabalho, ele ressalta avanços nas pesquisas que correlacionam o funcionamento cerebral com a espiritualidade, destacando que essa área tem sido chamada de Neuroteologia ou Neurociência do Espírito. Em seu trabalho, Cescon sinaliza que a orientação religiosa dos pesquisadores (sejam agnósticos ou religiosos) enviesam suas pesquisas, o que pode indicar certo nível de dificuldade em balizar se as informações coletadas possuem veracidade científica ou fazem parte de uma percepção das crenças daqueles que pesquisam. Segundo o autor:

Alguns pesquisadores agnósticos consideram que os processos neurobiológicos responsáveis pelo estado afetivo-emotivo que caracteriza as experiências místicas estejam na origem das religiões. Em outras palavras, para eles toda a cultura religiosa não seria senão literatura, filosofia e arte desenvolvida como consequência de experiências incomuns ou patológicas que ocorreram com antepassados e ainda hoje interessam ao cérebro de muitas pessoas. (CESCON, 2011, p.79).

Em contrapartida, o autor também aponta a percepção dos pesquisadores crentes:

Pode-se notar que entre os crentes, sobretudo cristãos de confissão católica, há o risco de uma desconsideração do papel da experiência mística e, portanto, dos processos cerebrais a ela conectados, porque, segundo o Magistério da Igreja, tais vivências não são per si garantia de uma condição espiritual de proximidade com o divino, mas somente se apresentarem-se sob certas condições. (CESCON, 2011, p.79).

Após esses apontamentos, parte-se para as hipóteses já estudadas. Os primeiros estudos ocorreram no século XIX, à luz do movimento positivismo, com isso as explicações das experiências religiosas eram patologizadas, deixavam de ter um significado simbólico e passavam a ser tratadas pela ciência como alucinações, delírios e fenômenos hipnóticos induzidos. Posteriormente, estudos foram conduzidos em pacientes com epilepsia originadas no lobo temporal, sob essa análise, algumas hipóteses foram criadas assimilando as experiências desses pacientes a "descargas sincronizadas de grupos de neurônios do córtex temporal", e esse efeito poderia estar assimilado a experiências religiosas. Mais adiante no tempo, outros estudos foram realizados com pessoas acometidas pelo mesmo tipo de epilepsia, em que eram expostas a palavras com significados diversos, dentre elas a palavra "Deus" produzia uma "reação muito intensa". Para Cescon (2011), essa tese leva em consideração o pressuposto de que as experiências relacionadas ao sagrado e ao divino derivam de um tipo específico de resposta emocional, cuja origem estaria associada a estruturas do sistema límbico, embora essa base ainda não esteja claramente delimitada.

Já em 1987, estudos dirigidos por Michael Persinger visavam criar um dispositivo que gerava campos eletromagnéticos fracos na superfície circunscrita cortical. Esse estudo durou por muito tempo, e as pessoas submetidas a ele destacavam que, usando o aparelho por um curto período de tempo em um local onde estavam isoladas, relataram ter tido experiências de contato com o divino (todas elas com seus respectivos repertórios, vendo Deus, Buda e presença de um ser benevolente), o que suscitou ao pesquisador que essas experiências estavam relacionadas a "anomalias elétricas cerebrais". Porém, Cescon ressalta que a conclusão desse trabalho feito por Persinger:

não são consequência lógica e obrigatória da leitura dos êxitos da experimentação. Do fato de uma sensação ser causada por condições patológicas ou artificiais não se pode inferir que só estas possam produzi-la, mas unicamente que o cérebro está predisposto a gerá-la. (CESCON, 2011, p.81).

Críticas sobre os trabalhos até então revisados no campo da neurociência foram feitas, mostrando que, para muitas pessoas, esse tipo de experiência não envolve, necessariamente, estados mentais de natureza mística. Logo em seguida, Cescon aborda estudos realizados em 2001. Nesse estudo, oito monges foram submetidos a uma tomografia durante uma sessão de meditação, que é uma prática com a finalidade de conectar o praticante com o "Universo". O que se encontrou foi que, no momento em que os monges apontaram ter alcançado esse estado de conexão, o contraste aplicado para mapear o cérebro apontou uma "queda de atividade" no lobo parietal e uma atividade maior no córtex pré-frontal. A interpretação desse estudo, com base na neuroanatomia funcional, foi:

A parte em questão do lobo parietal intervém na exploração, na busca da direção a seguir para atingir uma meta, na exploração de ambientes novos e na orientação espacial,[...] a hiperatividade do córtex pré-frontal foi interpretada recorrendo à sua bem conhecida importância na atenção, no planejamento e em tarefas cognitivas que requeiram concentração: o seu recrutamento no ápice do estado meditativo refletiria o fato de que se alcança tal condição por meio da concentração num pensamento ou num objeto (CESCON, 2011, p.83).

Esses mesmos estudos foram endossados por outro estudo feito no ano seguinte à publicação dos monges, nessa ocasião três freiras franciscanas foram submetidas ao mesmo teste de ressonância enquanto estavam em um momento de oração, e os resultados foram os mesmos encontrados anteriormente, com isso "vários processos cognitivos coordenados entre si" foram observados. Contudo, na conclusão de seu trabalho, Cescon (2011, p.95) ressalta que nenhuma base conclusiva pode ser tirada desses estudos, inicialmente pelo processo embrionário desse ramo de estudo. Segundo ele, "os estudos até agora realizados não foram concretizados com base em programas e protocolos concebidos na ótica da dimensão espiritual entendida como realidade neurofuncional."

Com isso, a compreensão detalhada dos mecanismos neurais responsáveis por facilitar vivências místicas, espirituais e religiosas pode gerar interpretações distintas, dependendo da perspectiva de quem observa. Para aqueles que não têm crenças religiosas, tal descoberta pode ser vista como evidência de que essas experiências têm origem puramente biológica. Já para os que creem, esse mesmo dado pode reforçar sua fé, ao sugerir que existe, inscrito no próprio funcionamento do cérebro, um traço profundo da presença divina, sendo um caminho interno pelo qual seria possível encontrar o "Sagrado".

3.2 Religião e Saúde Mental

Tendo em vista os aspectos explorados acima, partimos para as análises feitas através dos autores revisados sobre os impactos das religiões. Em um artigo de atualização para a Revista de Debates em Psiquiatria, alunos da USP em 2015 problematizam a escassez de publicações relacionadas ao tema e realizam uma revisão sistemática com o objetivo de observar o que existe na literatura sobre o assunto. O primeiro ponto que abordam refere-se às Intervenções Espirituais/Religiosas (IERS), que visam "cuidar do corpo que Deus proveu, realizar preces em grupo, gerar suporte através da troca interpessoal e promover discussão reflexiva de valores morais e éticos para aceitação da situação a ser enfrentada, visando promover saúde" (Gonçalves, 2015). Nas revisões analisadas, houve dados distintos, com alguns estudos apontando pequenos a moderados efeitos favoráveis à aplicação dessas intervenções, enquanto em outra revisão sistemática mais criteriosa, com métodos de avaliação mais

robustos, observaram-se impactos significativos na redução de sintomas de ansiedade e depressão. Segundo Gonçalves, Lucchetti, Leão, Menezes e Vallada (2015, p.23):

Os resultados encontrados apontam para efeitos positivos ou similares entre as IERs e o grupo controle avaliado na maioria das revisões. Apenas em um estudo resultados negativos apareceram para o grupo que recebeu IERs em um determinado período do segmento do estudo (2015. p.23).

O que demonstra que, embora predominem evidências favoráveis, há variações contextuais que merecem atenção na interpretação dos dados, para além da dificuldade de se encontrar dados sobre o assunto. Continuando a investigar as referências bibliográficas selecionadas, ressalta-se o contexto histórico envolvendo religiões e saúde como um todo. Em diversas culturas ao longo da história, era habitual e costumeiro recorrer a rituais e práticas religiosas para fomentar a saúde, não apenas do indivíduo, mas também da comunidade. Esses grupos acreditavam e seguiam preceitos de suas religiões como forma de promover o bem-estar coletivo, integrando corpo, mente e espírito em uma visão holística de cuidado (Alves, Alves, Barbosa e Souto 2010). Essa abordagem reflete uma compreensão ancestral de que a saúde não se limitava ao aspecto físico, mas também ao equilíbrio emocional e espiritual.

No mesmo artigo, existem algumas referências a respeito desses comportamentos envolvendo cura:

As primeiras civilizações egípcia e grega retrataram a antiga prática de cura da imposição de mãos em seus hieróglifos, pictogramas e escritos cuneiformes. A referência bíblica à cura realizada por Jesus, Pedro, João e outros ajudou a tornar a cura espiritual uma prática comumente aceita do cristianismo primitivo (ALVES, ALVES, BARBOSA E SOUTO, 2010, p.2106)

Essas práticas milenares, embora tenham se transformado ao longo dos séculos, ainda persistem hoje em templos e espaços religiosos ao redor do mundo. No entanto, com o advento da tecnologia e dos avanços da medicina moderna, muitas delas foram sendo gradualmente reinterpretadas, perdendo espaço em algumas sociedades ou sendo adaptadas a novos contextos culturais.

Apesar dessas mudanças, estudos contemporâneos continuam investigando a possível relação positiva entre práticas religiosas e promoção da saúde. Em uma perspectiva mais otimista, a revisão realizada por Alves (2010) aponta para impactos benéficos no que se refere ao bem-estar físico e mental associado a tais práticas. Entre os possíveis benefícios destacam-se maior resiliência emocional, sensação de propósito e suporte comunitário, fatores que podem contribuir indiretamente para a saúde geral. No entanto, o autor também reconhece as dificuldades inerentes à padronização de metodologias para analisar esses resultados, uma vez que variáveis como crenças individuais, contextos culturais e diferentes tradições espirituais tornam complexa qualquer generalização.

Essa discussão reforça a ideia de que, mesmo em um mundo cada vez mais secularizado e tecnológico, a intersecção entre religião e saúde permanece relevante, seja como objeto de estudo acadêmico, seja como prática cultural resistente. A maneira como diferentes sociedades lidam com essa relação pode oferecer insights valiosos sobre formas complementares de cuidado e promoção de qualidade de vida.

Acrescendo ao contexto, faz-se importante entender como é possível mensurar, por meio de escalas confiáveis e validadas, os constructos que compõem os argumentos centrais deste artigo. Para isso, na revisão selecionada, optou-se analisar uma pesquisa utilizando a Duke Religious Index (DUREL), instrumento amplamente utilizado para avaliar a religiosidade com base na análise proposta por Koenig (2010). Para uma conceitualização mais objetiva da

religiosidade, Koenig³ (2010, citado por Martinez, 2014) destaca três dimensões centrais do envolvimento religioso, as quais apresentam implicações significativas em desfechos relacionados à saúde.

A Religiosidade Organizacional refere-se ao envolvimento ativo em práticas coletivas, como participação em cultos, missas, cerimônias e grupos de oração, enfatizando a integração do indivíduo em uma comunidade religiosa, local em que a fé é vivenciada de maneira compartilhada.

Já a Religiosidade Privada ou Não Organizacional diz respeito a práticas e comportamentos religiosos realizados em âmbito pessoal, fora do contexto institucional, podendo ocorrer de forma individual ou em pequenos grupos informais. Por fim, a Religiosidade Intrínseca é entendida como um elemento central na vida do indivíduo, funcionando como um referencial fundamental para suas ações e experiências, caracterizando-se por uma busca autêntica e profunda pela fé, em contraste com a religiosidade extrínseca, que tende a instrumentalizar a prática religiosa para fins secundários, como conforto emocional ou aceitação social. O teste é composto por 5 itens para avaliação e tem sido utilizado na pesquisa em saúde mental. Essas dimensões, quando analisadas em conjunto, permitem uma compreensão mais abrangente do fenômeno religioso e suas relações com variáveis psicossociais e de saúde, reforçando a importância do instrumento para mensurar tais construtos de forma válida e confiável. O estudo foi realizado no estado de São Paulo, avaliando a população adulta mais especificamente na cidade de Ribeirão Preto no qual o principal intuito foi coletar segundo Martinez (2014) “uma amostra que representasse a população usuária de unidades de saúde do município sem deixar de considerar a heterogeneidade que existe em termos de vulnerabilidade social” nessa análise se discriminou variáveis como: sexo, faixa etária, escolaridade, filiação religiosa declarada e autopercepção do estado de saúde (classificada em boa, regular e ruim), em que foram entrevistadas 605 pessoas. A viabilidade e a importância da DUREL como instrumento de mensuração da religiosidade na vida humana, são reforçadas por evidências empíricas, que demonstram sua aplicabilidade em diferentes contextos populacionais conforme concluiu Martinez (2014). Enquanto estudos anteriores de validação do P-DUREL (tradução em português do teste original) comprovaram que a escala é válida para uso em populações universitárias e psiquiátricas brasileiras, pesquisas mais recentes ampliaram esse escopo, demonstrando que ela também apresenta adequada consistência interna e validade convergente-discriminante em amostras representativas de usuários de serviços de atenção primária à saúde.

Esses achados são particularmente relevantes, pois indicam que o uso do P-DUREL não se restringe à pesquisa em saúde mental, abrindo caminho para novas perspectivas no entendimento de fenômenos de interesse na área da Saúde Coletiva. A capacidade da escala em mensurar de forma confiável as diferentes dimensões da religiosidade – organizacional, não organizacional e intrínseca – em distintos grupos populacionais reforça sua utilidade como ferramenta metodológica robusta. Isso permite investigar, com maior precisão, como a religiosidade se relaciona com variáveis psicossociais, comportamentais e clínicas, contribuindo para uma compreensão mais ampla do papel da espiritualidade no bem-estar humano. O desenvolvimento e validação de escalas como essas evidenciam o crescente interesse da comunidade científica em mensurar, com rigor metodológico, o impacto da religiosidade na vida humana. Através de pesquisas sistemáticas e da construção de instrumentos de avaliação confiáveis, os estudiosos buscam compreender de forma objetiva como as dimensões religiosas influenciam diversos aspectos da existência humana.

Em outra análise realizada, um dos pontos ressaltados foi que pessoas com maior religiosidade apresentam melhores indicadores de saúde mental, o que pode ser explicado por

³ Koenig HG, Parkerson Jr GR, Meador KG. Religion index for psychiatric research. *Am J Psychiatry*. 1997;154:885-6
Koenig HG, Büssing A. The Duke University Religion Index (DUREL): a five-item measure for use in epidemiological studies. *Religions*. 2010;1:78-85.

mecanismos como o fortalecimento do controle social, adoção de estilos de vida saudáveis, presença de uma rede de apoio social e maior capacidade de autocontrole. Esses fatores, combinados, podem promover um maior equilíbrio emocional e resiliência diante de adversidades, contribuindo para uma redução de sintomas de ansiedade e depressão. Além disso, a religiosidade muitas vezes oferece um sentido de propósito e significado para a vida, o que pode amortecer o impacto de eventos estressantes e favorecer uma visão mais positiva da existência. No entanto, Porto, Carmeni, Costa e Paula (2022), em sua revisão sobre interações religiosas e saúde mental, levantaram dados onde 16% das pessoas ressaltam piora da saúde mental e 12% não encontraram nenhuma associação entre os temas. E ainda apontam:

Diversos estudos revelaram achados ambíguos sobre a associação entre religiosidade, saúde mental e satisfação com a vida. Personalidade, condição socioeconômica e histórico de saúde mental podem influenciar tanto a satisfação com a vida quanto a saúde mental. (PORTO, CARMENI, COSTA e PAULA, 2022, p.4)

Para essa avaliação, também foi utilizado o questionário DUREL (já citado na revisão anterior), o que pode indicar que a ferramenta em questão é viável para analisar esses aspectos. Foram entrevistados 538 adultos com idade superior a 18 anos, e, com a amostragem em mãos, o que se destacou nos estudos de Porto, Carmeni, Costa e Paula (2022) é que as práticas religiosas coletivas estão associadas a níveis mais elevados de satisfação com a vida, além de se relacionarem com a redução de sintomas como ansiedade e depressão. Ainda que essa associação seja modesta, ela manteve sua robustez mesmo após o controle estatístico de variáveis potencialmente confundidoras, como traços de personalidade e status socioeconômico, o que confere maior validade aos achados. Os estudos também ressaltam o papel das práticas religiosas individuais, como meditação e oração, que se vinculam à percepção do indivíduo de uma diminuição nos sintomas de ansiedade e depressão, sugerindo que tanto a dimensão pública quanto a privada da religiosidade desempenham um papel relevante na promoção da saúde mental. No entanto, não foram encontrados resultados satisfatórios que indicassem relações estatisticamente significativas entre a dimensão da religiosidade intrínseca e a presença desses mesmos sintomas, o que aponta que distintos perfis de religiosidade podem exercer efeitos diferenciados sobre aspectos específicos do funcionamento psicológico.

Essa distinção reforça a necessidade de considerar as diferentes manifestações da religiosidade ao analisar seu impacto na saúde mental, uma vez que práticas coletivas e individuais podem atuar por meio de mecanismos distintos, enquanto a religiosidade intrínseca, relacionada a motivações pessoais mais profundas, pode não apresentar o mesmo efeito protetor em certos contextos.

Após a análise, também é criticada a metodologia dos estudos e pesquisas realizados sobre a associação entre qualidade de vida, saúde mental e religiosidade. Os autores também destacam:

Resultados não mostram correlação significativa entre religiosidade intrínseca e a pontuação na escala de saúde mental, mas mostram uma correlação significativa com a religiosidade organizada. Esse efeito pode ser devido ao predomínio do grupo etário jovem, o que justificaria um efeito cultural de menor incentivo à religiosidade e, conseqüentemente, menor internalização das crenças religiosas. Além disso, a correlação com a religiosidade organizada pode demonstrar o efeito do apoio social envolvido nas organizações religiosas e não o fator religioso em si.. (PORTO, CARMENI, COSTA e PAULA, 2022, p. 7-8).

Essa correlação aponta principalmente o impacto e a importância dos aspectos sociais que envolvem as práticas religiosas, cujo a vivência em comunidade pode levar uma interpretação ambígua dos dados, onde a correlação entre a prática religiosa e a promoção da saúde possuem variáveis desafiadoras de se avaliar. Também é ressaltado que a religião, por si só, não é suficiente para proteger a pessoa de doenças mentais, conforme Neto⁴ (1997, citado por Porto, Carmeni, Costa e Paula, 2022, p.8), em um levantamento feito com 207 ministros religiosos, 47% deles foram avaliados com algum nível de ansiedade e depressão. Esse dado chama atenção por demonstrar que mesmo indivíduos profundamente envolvidos em atividades religiosas (e que, em tese, deveriam ser os mais beneficiados por seus aspectos espirituais e comunitários), não estão imunes a transtornos psicológicos, sugerindo que outros fatores, como carga emocional da função, estresse ou predisposições individuais, podem influenciar esses resultados.

Considerando as diferentes religiões e suas práticas distintas, alguns estudos realizados por Baker⁵ (2009, citado por Porto, Carmeni, Costa e Paula, 2022, p.8) analisaram o impacto da afiliação religiosa, da relevância atribuída à religião (saliência) e da frequência de práticas religiosas sobre os níveis de sintomas depressivos em uma amostra não clínica composta por cristãos, muçulmanos, ateus e agnósticos. Os resultados indicaram a ausência de diferenças estatisticamente significativas nos sintomas depressivos entre os diferentes grupos religiosos e não religiosos. Esses dados apontam para a possibilidade de que o simples pertencimento a uma tradição religiosa específica, não tenha uma associação direta ou relevante com a manifestação de sintomas depressivos.

Na mesma revisão, foram levantados dados semelhantes, segundo Baker, Stroope e Walker⁶ (2018, citado por Porto, Carmeni, Costa e Paula, 2022, p.8), indivíduos ateus apresentaram indicadores melhores tanto em saúde física quanto mental, enquanto os vinculados a quaisquer religiões mostraram resultados que não os diferenciavam entre si. Isso sugere que as particularidades doutrinárias das religiões não interferiram diretamente nas amostras coletadas, reforçando a ideia de que a mera filiação religiosa não é um fator determinante para o bem-estar psicológico.

No que se resume, observam-se impactos consideráveis no âmbito das psicopatologias, conforme destacado por Porto, Carmeni, Costa e Paula (2022), no qual conteúdos de natureza religiosa podem contribuir e interagir com a rigidez de crenças, delírios e inflexibilidade de pensamentos misticados. Em uma mesma medida, enquanto práticas religiosas podem motivar a busca por tratamento e proporcionar um sentido existencial, elas também podem atuar em sentido contrário, devido ao nível de exigência das normas, regras e leis que algumas religiões impõem como fundamentais para seus fiéis. Essa dualidade reforça a complexidade da relação entre religiosidade e saúde mental, indicando que os efeitos podem variar conforme a forma como a religião é vivenciada, seja como suporte emocional, seja como fonte de pressão ou conflito interno.

Diante dessa complexidade, torna-se imprescindível compreender a religiosidade enquanto um construto fundamental da condição humana, considerando sua função na trajetória individual e coletiva. Assim, o desenvolvimento de pesquisas na área demanda maior investimento, com a aplicação de metodologias robustas e rigorosas, além da utilização de

⁴ NETO, Francisco Lotufo - **Psiquiatria e Religião - A Prevalência de Transtornos Mentais Entre Ministros Religiosos** - 1997, p.376

⁵ BAKER, P., & Cruickshank, J.. **I am happy in my faith: the influence of religious affiliation, saliency, and practice on depressive symptoms and treatment preference.** *Mental Health, Religion & Culture* - 2009, 44 – 57.

⁶ BAKER, Joseph O., STROOPE, Samuel, WALKER, Mark H., **Secularity, religiosity, and health: Physical and mental health differences between atheists, agnostics, and nonaffiliated theists compared to religiously affiliated individuals**, *Social Science Research*, Volume 75, 2018, p. 44-57.

amostras populacionais mais amplas e representativas, a fim de aprofundar o conhecimento sobre as múltiplas interfaces entre religiosidade e saúde mental.

5 - CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este artigo buscou revisar a complexa e multifacetada relação entre religiosidade e comportamento humano, destacando seus impactos psicológicos, sociais e até neurobiológicos por meio de uma revisão bibliográfica narrativa e entrevistas com líderes religiosas de tradições distintas. Observou-se que a religião, enquanto fenômeno universal, transcende a esfera individual, moldando culturas, normas sociais e identidades coletivas. Sua influência perpassa desde a construção de valores éticos até a promoção da saúde mental, reafirmando seu papel como um componente intrínseco da experiência humana.

A análise teórica revelou que a religião pode atuar como um fator de promoção de bem-estar, especialmente quando vivenciada por meio de práticas coletivas e individuais que fortalecem a resiliência emocional, oferecem suporte social e conferem sentido existencial. A psicologia,

ao abordar a religiosidade por meio de diferentes correntes, como as propostas de William James e Carl Jung, demonstrou que a fé pode ser um recurso psíquico importante, tanto como via de transcendência quanto como estrutura simbólica de organização da experiência. Contudo, também se reconhece que, em certos contextos, a religião pode contribuir para conflitos internos ou rigidez de pensamento, o que reforça a importância de uma abordagem crítica e contextualizada.

Complementando essa perspectiva, os estudos da neurociência (embora ainda em estágio inicial), trouxeram contribuições relevantes ao investigar a base cerebral de experiências místicas e espirituais. Pesquisas utilizando técnicas de neuroimagem apontaram para a ativação de áreas específicas do cérebro durante práticas como meditação e oração, sugerindo uma predisposição neurológica para vivenciar o sagrado. No entanto, tais achados não são conclusivos, e os próprios pesquisadores reconhecem os desafios éticos e metodológicos ao tentar reduzir fenômenos espirituais complexos a processos biológicos isolados. Ainda assim, essa linha de investigação amplia o campo de diálogo entre ciência e espiritualidade, sem necessariamente invalidar a experiência religiosa em si.

As Intervenções Espirituais/Religiosas (IERS), analisadas em diversos estudos, também se mostraram relevantes, principalmente quando aplicadas como complemento a tratamentos tradicionais de saúde mental. Os dados sugerem que tais intervenções, ao integrarem fé, apoio social e reflexão ética, podem contribuir para a redução de sintomas como ansiedade e depressão. Embora seus efeitos variem de acordo com o contexto e a aplicação, as IERS representam uma importante ferramenta complementar nos cuidados com a saúde emocional.

A Duke Religious Index (DUREL) destacou como mensurar diferentes dimensões da religiosidade. Os resultados reforçaram a importância da religiosidade organizacional e privada (vividas em grupo ou de forma individual), como fatores associados ao bem-estar psicológico. Por outro lado, a religiosidade intrínseca, relacionada a motivações internas mais profundas, apresentou resultados menos consistentes nos estudos revisados, indicando que nem todas as formas de vivenciar a fé exercem o mesmo impacto sobre a saúde mental. A confiabilidade psicométrica da DUREL a torna uma ferramenta promissora para futuras pesquisas nessa área.

As entrevistas com as líderes religiosas A.P. e G.A. trazem experiências práticas que dialogam diretamente com a teoria. Suas falas ilustram como tradições distintas, compartilham o papel de orientar comportamentos, reforçar valores éticos e servir como redes de apoio emocional e social. Também evidenciaram como a religião pode ser vivenciada como uma força de coesão e cuidado, especialmente em contextos de vulnerabilidade ou preconceito, como demonstrado pelas experiências relatadas por ambas.

Em síntese, este artigo reforça (por meio das revisões nele realizadas) a importância de abordagens interdisciplinares para compreender a religiosidade em sua totalidade, articulando saberes da psicologia, antropologia, neurociência e vivência comunitária. Embora os benefícios da religiosidade para o bem-estar e a saúde mental sejam frequentemente destacados, seus efeitos não são universais, sendo modulados por fatores como o contexto sociocultural, o tipo de prática religiosa e a subjetividade de cada indivíduo. Diante disso, recomenda-se que futuras pesquisas aprofundem essas questões por meio de metodologias mais robustas e amostragens diversas, ampliando o entendimento das complexas interações entre religião, saúde e sociedade. Por fim, destaca-se a necessidade de respeitar a pluralidade religiosa como um aspecto central da condição humana, reconhecendo seu potencial tanto para o fortalecimento individual quanto para a transformação social coletiva.

REFERÊNCIAS

ALVES, R. R. da N., ALVES, H. da N., BARBOZA, R. R. D., & SOUTO, W. de M. S. (2010). **The influence of religiosity on health**. *Ciência & Saúde Coletiva*, 15(4), 2105–2111, 2010

BERNARDI, C. J., & CASTILHO, M. A. de (2016). **A religiosidade como elemento do desenvolvimento humano**. *Interações (Campo Grande)*, 17(4), 745–756, 2016

- CESCON, Everaldo (2011). **Neurociências e religião: as pesquisas neurológicas em torno da experiência religiosa**. Estudos de Religião, v. 25, n. 41, p. 77-96, jul/dez, 2011
- COUTINHO, José Pereira (2012). **Religião e outros conceitos**. Sociologia, Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto, Vol. XXIV, p. 171-193, 2012
- ELIADE, Mircea (1957). **O sagrado e o profano** / tradução Rogério Fernandes. São Paulo: Martins Fontes, 1992. p. 5-11, 1957
- FARRIS, James Reaves (2002). **Psicologia e religião: Uma análise de práticas religiosas**. Revista Caminhando, vol. 7, n. 1 [9], p. 23-37, 2002
- GONÇALVES, Juliane Plasseschi, LUCCHETTI, Giancarlo, LEÃO, Frederico C., MENEZES, Paulo R., & VALLADA, Homero (2015). **Avaliação da prática de terapia complementar espiritual/religiosa em saúde mental**. Revista Debates em Psiquiatria, Nov/Dez, p. 21-27, 2015
- JUNG, Carl Gustav (1978). **Psicologia e religião**. Tradução do Pe. Dom Mateus Ramalho Rocha; revisão técnica de Dora Ferreira da Silva. Petrópolis: Vozes. (Obras completas de C. G. Jung; v. 11/1: Psicologia e religião), 1978
- KOENIG, H. G. (2012). **Religion, spirituality, and health: the research and clinical implications**. ISRN Psychiatry, v. 2012, p. 1-33, 2012
- LOUCEIRO, Luiz Malta (2007). **“As variedades da experiência religiosa” de William James revisada**. Cognitio - Estudos: Revista Eletrônica de Filosofia - São Paulo, Vol. 4, n. 2, jul.-dez., p. 103-120, 2007
- MANOEL, Ivan Ap. (2007). **História, religião e religiosidade**. Revista de Cultura Teológica, v.15, n.59, abr/jun, p. 105-128, 2007
- MARTINEZ, E. Z., ALVES, A. C., CARNEIRO, A. F. T. M., Jorge, T. M., CARVALHO, A. C. D. de, & Zucoloto, M. L. (2014). **Investigação das propriedades psicométricas do Duke Religious Index no âmbito da pesquisa em saúde coletiva**. Cadernos Saúde Coletiva, 22(4), 419-427, 2014
- MEHTA, Yash; MISHRA, Alok (2024). **The Role of Religion in Shaping Cultural Norms and Values: A Sociological Perspective**. CINEFORUM, [S. l.], v. 64, n. 1, p. 24-28, 2024.
- NASR, Helmi (1972). **O Alcorão: sua história e sua origem**. Revista de História, São Paulo, v. 45, n. 91, p. 37, 1972
- PORTO, A. A., CARMENI, B. D. F., COSTA, D. S., & PAULA, J. J. (2022). **Association between religiosity, satisfaction with life and mental health: a study of Brazilian adults**. Debates em Psiquiatria, Rio de Janeiro, 12:1-16, 2022
- SILVA, Daniela Barros (2017). **Educação, Resistências e Tradição Oral: a transmissão de saberes pela oralidade de matriz africana nas culturas populares, povos e comunidades tradicionais**. Universidade de Brasília - Programa de Pós-Graduação em Educação, p. 24, 2017

