

## ESPIRITUALIDADE E RELIGIOSIDADE COMO ESTRATÉGIAS DE RESILIÊNCIA UTILIZADAS POR IDOSOS DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19

Jéssica Lopes Mota, Calópe Pilger, Lana Ferreira de Lima, Deisiane Serrano da Silva, Flávia de Andrade Vieira, Myla Aparecida Costa Carneiro

O convívio social é uma importante ferramenta no processo do envelhecer de forma ativa e com qualidade, e os Grupos de Convivência (GC) possibilitam à população idosa interações sociais e troca de saberes. O conceito de saúde proposto pela Organização Mundial da Saúde (OMS) de bem-estar físico, mental e espiritual, demonstra a necessidade de reconhecer e explorar o campo da espiritualidade e religiosidade e suas variadas formas e práticas ritualísticas. Além disso, a OMS preza a participação social do idoso, como forma de garantir saúde através de possibilidades e aspirações. A espiritualidade é a experiência individual que busca uma conexão com o sagrado, consigo mesmo e/ou divindade, associada ou não a práticas ou comunidades religiosas. E a religiosidade está ligada ao segmento de doutrinas de uma organização religiosa. Tem-se como objetivo relatar como idosos, participantes de um GC desenvolvido como uma ação de extensão numa Unidade Básica de Saúde da Família (UBSF) na cidade de Catalão – GO, utilizam a religiosidade e a espiritualidade no processo de enfrentamento de situações adversas, tendo como foco o período da pandemia causada pelo Covid-19. Trata-se de um trabalho desenvolvido por discentes e docentes dos cursos de Enfermagem, Psicologia e Educação Física da Universidade Federal de Catalão (UFCAT) que desenvolvem o GC “Viver Bem”, pertencente ao Projeto de Extensão “Promoção e Manutenção da Saúde e Prevenção de Doenças para Idosos”, em uma UBSF, localizada no município de Catalão – GO. Para a coleta de dados utilizou-se como instrumento uma entrevista semiestruturada sobre Espiritualidade e Religiosidade. Os dados obtidos foram analisados a partir da técnica de análise de conteúdo categorial de Bardin. Foi observado que a fé, a religião e a espiritualidade detêm uma enorme relevância na vida dos idosos, ofertando-lhes apoio, força, suporte e aceitação para lidar com situações adversas, momentos estressantes, crises e enfermidades, com ênfase no período de Pandemia por Covid-19, por meio de orações e preces. Pode-se concluir que a Fé, Espiritualidade e Religiosidade são ferramentas potenciais, de tecnologia leve, para o autocuidado, enfrentamento e resiliência, em especial na Pandemia de Covid-19.

### *PALAVRAS-CHAVE*

Idoso. Espiritualidade. Covid-19.