XXI FAC-FEA LIVRE
Semana Acadêmica Cultural e XVII Encontro de iniciação Científica da FAC-FEA

SAÚDE MENTAL E RELIGIOSIDADE: diálogos possíveis

Nayle Cristina Estrela PASSOS
Faculdade da Fundação Educacional Araçatuba (FAC-FEA)
e-mail: nayle.cristina@hotmail.com

Arlete Cordeiro MARCIEL
Faculdade da Fundação Educacional Araçatuba (FAC-FEA)
e-mail: arlletymarciel@gmail.com

Gabriella da Cruz BARROS
Faculdade da Fundação Educacional Araçatuba (FAC-FEA)
e-mail: Gabrielabarros0277@gmail.com

Ludmila Leal PIRES
Faculdade da Fundação Educacional Araçatuba (FAC-FEA)
e-mail: lludimilapires@outlook.com

Roberto Antônio de Souza NETO
Faculdade da Fundação Educacional Araçatuba (FAC-FEA)
e-mail: robertonetorx@gmail.com

Fernanda Fernandes Gonsalez de OLIVEIRA
Faculdade da Fundação Educacional Araçatuba (FAC-FEA)
e-mail: fernanda.oliveira@feata.edu.br

Felipe Mio de CARVALHO
Faculdade da Fundação Educacional Araçatuba (FAC-FEA)
e-mail: fmiocarvalho@hotmail.com

EIXO: Ciências Humanas, Sociais e da Saúde

RESUMO

O presente projeto tem como objetivo principal promover uma informação clara, acessível e sensível sobre os transtornos mentais, com foco em ansiedade, depressão e esquizofrenia, buscando reduzir preconceitos e ampliar a compreensão sobre o tema. A proposta pretende aproximar a comunidade dos serviços de saúde mental e estimular uma cultura de acolhimento, escuta e cuidado mútuo. Essa ação será desenvolvida como atividade extensionista vinculada à disciplina Psicologia e Saúde, voltada à sensibilização de uma comunidade pertencente a uma instituição religiosa, destacando a importância do cuidado integral — corpo, mente e espírito — e incentivando o diálogo entre fé e ciência como caminhos complementares.O projeto parte da compreensão de que o sofrimento psíquico é multifacetado e exige abordagens que considerem dimensões biológicas, psicológicas, sociais e espirituais. Nesse sentido, reconhece-se a espiritualidade como um possível recurso de enfrentamento, capaz de fortalecer a esperança, o sentido de vida e o suporte comunitário.A relevância social deste trabalho está em sua contribuição para a promoção da saúde mental e para a redução do estigma que ainda cerca os transtornos mentais, especialmente em contextos religiosos onde muitas vezes o sofrimento psíquico é interpretado de forma moral

ou espiritualizada. Ao promover um espaço de diálogo e reflexão, o projeto visa fortalecer vínculos, estimular o cuidado coletivo e incentivar a busca por atendimento profissional, ampliando o acesso à informação e contribuindo para a construção de uma comunidade mais empática, consciente e acolhedora.

Palavras-chave: saúde mental; religiosidade; redução do estigma.

1 INTRODUÇÃO

A saúde mental é uma dimensão essencial do bem-estar humano e tem sido reconhecida como prioridade pelas políticas públicas de saúde (Brasil, 2020; OMS, 2022). Entretanto, em muitas comunidades religiosas, o tema ainda é tratado de forma limitada, frequentemente associado a interpretações espirituais que dificultam o reconhecimento dos transtornos mentais como condições de saúde.

O presente projeto de extensão será desenvolvido com o propósito de estabelecer um diálogo entre fé e ciência, promovendo a compreensão e o acolhimento de pessoas que enfrentam sofrimento psíquico. Serão abordados três transtornos mentais prevalentes — ansiedade, depressão e esquizofrenia —,que afetam significativamente a vida das pessoas, interferindo em suas relações familiares, sociais e espirituais.

Muitos indivíduos, por falta de informação, associam os transtornos mentais à falta de fé ou à fraqueza de caráter, o que gera negação do problema e resistência em procurar ajuda profissional. Nesse contexto, a extensão universitária cumpre um papel fundamental, ao permitir que o conhecimento científico da Psicologia chegue à comunidade de forma acessível e sensível à realidade cultural e religiosa dos participantes.

2 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Inicialmente, será estabelecido contato com o líder religioso de uma comunidade local para apresentação da proposta e agendamento das ações. Essa parceria será construída com base no respeito às crenças e valores espirituais, assegurando que o diálogo não tenha caráter doutrinário, mas educativo e acolhedor.

O projeto será estruturado em quatro etapas principais:

a) Aplicação de questionário diagnóstico (pré-intervenção):

Será elaborado no Google Forms um questionário exploratório, com o objetivo de identificar percepções da comunidade sobre os transtornos mentais e levantar possíveis mitos e estigmas existentes.

b)Encontro presencial:

Será realizado em espaço cedido pela comunidade religiosa. A equipe apresentará uma palestra com linguagem acessível e exemplos do cotidiano, abordando:

O que são transtornos mentais e suas diferenças em relação a emoções comuns do dia a dia;

Fatores biológicos, psicológicos e sociais que influenciam a saúde mental;

A importância da fé e da espiritualidade como recursos de apoio emocional.

c)Dinâmica

Dinâmica “Espelho das Emoções”

Tem como objetivo promover o reconhecimento e a expressão das emoções, próprias e alheias, de forma lúdica e reflexiva. O facilitador inicia destacando a importância de reconhecer e expressar sentimentos. Em seguida, apresenta o espelho como o “espelho das emoções”. Cada participante sorteia uma emoção, expressa diante do espelho e observa suas reações. Depois, quem desejar compartilha como foi a experiência, se foi fácil, se costuma sentir essa emoção e se a reconhece nos outros. Ao final, o grupo reflete sobre quais emoções foram mais fáceis ou difíceis de representar e o que aprenderam sobre si e sobre o outro. A atividade pode ser adaptada para duplas, com um participante imitando o outro como “espelho”.

d)Encerramento e encaminhamentos:

Ao final, serão entregues folders informativos com orientações sobre onde buscar ajuda (CAPS, UBS, CVV – 188).

Após a intervenção, será aplicado um segundo questionário (pós-formulário), com o objetivo de verificar se houve mudanças na compreensão dos participantes sobre o tema e avaliar a efetividade da ação educativa.

As respostas serão coletadas de forma anônima e utilizadas apenas para fins acadêmicos, respeitando os princípios éticos de pesquisa e garantindo a confidencialidade dos participantes.

3 DESENVOLVIMENTO

O projeto será desenvolvido por estudantes do curso de Psicologia da Fundação Educacional de Araçatuba (FAC-FEA), na disciplina Psicologia e Saúde. A metodologia adotada será qualitativa, descritiva e participativa, combinando elementos de pesquisa e intervenção social.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O projeto "Saúde Mental e Religiosidade: diálogos possíveis" será uma ação extensionista voltada à promoção da conscientização e ao fortalecimento dos vínculos entre universidade e comunidade. Acredita-se que a aproximação entre Psicologia e espiritualidade poderá contribuir para a desmistificação dos transtornos mentais e o incentivo à busca por ajuda profissional.

Espera-se que, para além dos efeitos individuais, a intervenção produza impactos sociais significativos, fortalecendo o vínculo entre a universidade e a comunidade religiosa por meio de práticas que valorizem o diálogo entre fé e ciência, a redução do estigma e a promoção do cuidado integral. A ação pretende reafirmar o compromisso ético e social da instituição com a dignidade humana e com a transformação da realidade local, ao mesmo tempo em que possibilitará aos estudantes vivenciar, em contexto real, a integração entre teoria e prática na interface Psicologia–espiritualidade. Como desdobramento formativo, projeta-se o desenvolvimento de competências técnicas e relacionais — como escuta qualificada, acolhimento e mediação cultural —, fomentando empatia, reflexão crítica e consciência do papel social do psicólogo na promoção da saúde mental, no incentivo à busca por atendimento profissional e no fortalecimento de redes de apoio (CAPS, UBS, CVV 188) no território.

Espera-se que a atividade estimule novas iniciativas semelhantes, ampliando o alcance das ações de saúde mental em espaços comunitários e religiosos. A proposta reafirma o compromisso da Psicologia com a promoção da cidadania e da saúde integral, reconhecendo o valor da fé como um recurso de enfrentamento, sem substituir o cuidado técnico especializado.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde mental: atenção psicossocial. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2020.

CORRIGAN, Patrick W.; WATSON, Amy C. Understandingtheimpactofstigmaonpeoplewith mental illness. **World Psychiatry**, v. 1, n. 1, p. 16-20, 2002.

ENGEL, George L. The need for a new medical model: a challenge for biomedicine. **Science**, v. 196, n. 4286, p. 129-136, 1977.

LUCHETTI, Giancarlo *et al*. Relação entre bem-estar espiritual e transtornos psiquiátricos menores: estudo transversal. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 46, n. 2, p. 214-222, 2012. DOI: https://doi.org/10.1590/S0034-89102012005000015. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rsp/a/BVT5vHcbtCyFHDXNQ9ks3Tf/?lang=pt. Acesso em: 15 set. 2025.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Mental: strengtheningour response. Genebra: OMS, 2022.

ROGERS, Carl R. **Client-centeredtherapy**: its currentpractice, implications, andtheory. Boston: HoughtonMifflin, 1951.