

32. Eduardo Gomes de Souza

A PRÁTICA DA ESPIRITUALIDADE/RELIGIOSIDADE E OS BENEFÍCIOS À SAÚDE MENTAL

espiritualidade/ religiosidade está totalmente associada ao longo da historicidade da humanidade, o ser humano é um ser biopsicossocial e espiritual, ou seja, possui aspectos biológicos, psicológico, social e espiritual, então a espiritualidade/religiosidade não deve ser colocada de lado, no tratamento da saúde mental. No Brasil, 95% dos brasileiros declaram ter religião, 83% consideram religião muito importante, e 37% frequentam um serviço religioso pelo menos uma vez por semana. Objetiva-se apresentar como tem se comprovado os benefícios da prática da espiritualidade/religiosidade relacionado à saúde mental, e a qualidade de vida. Através de uma pesquisa bibliográfica em artigos que tratam espiritualidade/religiosidade e saúde mental, realizados de 2000 a 2016, pretende-se com esse estudo entender como o assunto tem se apresentado na atualidade, e os benefícios que a prática da espiritualidade/religiosidade têm trazido ao indivíduo.