

## INFLUÊNCIA DA ESPIRITUALIDADE NA SAÚDE MENTAL DOS DISCENTES DE ODONTOLOGIA

Fernanda Marcelle Souza Almeida<sup>1</sup>, Maria Vitória Araújo Santo<sup>2</sup>, Sérgio Donha Yarid<sup>3</sup>

### RESUMO

**Introdução:** A saúde mental dos estudantes universitários dos cursos da área da saúde, tem recebido atenção crescente devido às intensas demandas acadêmicas, à pressão por desempenho e à vulnerabilidade a quadros de estresse, ansiedade e depressão. Nesse cenário, a espiritualidade desponta como um recurso interno capaz de favorecer a resiliência, a construção de sentido existencial e a adoção de práticas de autocuidado. **Objetivo:** Analisar a relação entre espiritualidade e bem-estar mental em discentes de Odontologia, considerando seus impactos na vida acadêmica e pessoal. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão de literatura, baseada em artigos científicos publicados entre 2020 e 2025, disponíveis em texto completo, de acesso gratuito e em diferentes idiomas. A busca incluiu estudos teóricos e empíricos que relacionassem espiritualidade, saúde mental e vivências universitárias, permitindo uma análise integrativa dos resultados. **Resultados e Discussão:** Os achados apontam que a espiritualidade, ao promover valores ligados à transcendência, propósito de vida e conexão interpessoal, pode contribuir como fator protetivo diante de desafios emocionais. A saúde mental, por sua vez, apresenta caráter multifatorial, influenciado por aspectos psicossociais, ambientais e acadêmicos. A associação entre espiritualidade e saúde mental manifesta-se no fortalecimento da resiliência, na redução do sofrimento psíquico e na melhoria da qualidade de vida, refletindo no desempenho acadêmico e nas relações interpessoais dos discentes de Odontologia. **Considerações finais:** Conclui-se que a espiritualidade constitui uma dimensão relevante para a promoção da saúde mental no contexto acadêmico. Sendo assim, torna-se necessário o desenvolvimento de estudos que proporcionem a articulação de estratégias institucionais de cuidado integral voltadas aos estudantes de Odontologia.

**PALAVRAS-CHAVE:** Espiritualidade, Estudantes de Odontologia, Saúde Mental.

## INFLUENCE OF SPIRITUALITY ON THE MENTAL HEALTH OF DENTISTRY STUDENTS

### ABSTRACT

**Introduction:** The mental health of university students in health programs has received increasing attention due to intense academic demands, pressure to perform, and vulnerability to stress, anxiety, and depression. In this context, spirituality emerges as an internal resource capable of fostering resilience, the construction of existential meaning, and the adoption of self-care practices. **Objective:** To analyze the relationship between spirituality and mental well-being in dentistry students, considering its impact on their academic and personal lives. **Methodology:** This is a literature review based on scientific articles published between 2020 and 2025, available in full text, free access, and in

<sup>1</sup> Programa de Bolsas de Iniciação Científica PIBIC/CNPq

<sup>2</sup> Discente do Curso de Odontologia, Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Jequié-Bahia.

<sup>3</sup> Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem e Saúde (PPGES), Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Jequié-Bahia.

<sup>4</sup> Docente Titular do Departamento de Saúde I (DSI) e Coordenador do Programa de Pós Graduação em Enfermagem e Saúde (PPGES) da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia – UESB, Jequié-Bahia.

different languages. The search included theoretical and empirical studies that linked spirituality, mental health, and university experiences, allowing for an integrative analysis of the results. Results and Discussion: The findings indicate that spirituality, by promoting values linked to transcendence, life purpose, and interpersonal connection, can contribute as a protective factor against emotional challenges. Mental health, in turn, is multifactorial, influenced by psychosocial, environmental, and academic factors. The association between spirituality and mental health manifests itself in strengthening resilience, reducing psychological distress, and improving quality of life, reflecting on the academic performance and interpersonal relationships of dental students. Final considerations: We conclude that spirituality constitutes a relevant dimension for promoting mental health in the academic context. Therefore, it is necessary to develop studies that foster the articulation of institutional strategies for comprehensive care for dental students.

KEYWORDS: Spirituality, Dental Students, Mental Health.

## INTRODUÇÃO

A espiritualidade possui um significado amplo e uma dimensão mais profunda que a religiosidade, compreendida como aspecto inerente do ser humano (Omais; Santos 2022). Trata-se de um aspecto subjetivo relacionado à vida interior do indivíduo, à busca pelo sentido por valores fundamentais, à construção da identidade e à abertura à transcendência. Com isso, a espiritualidade se manifesta ao longo da vida, intensificando-se em situações de sofrimento, solidão, doença ou sobrecarga (Batista, Bédard, 2023).

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), a saúde mental não se restringe apenas ao componente psicoemocional, mas resulta da interação de múltiplos fatores, como saúde física, apoio social, condições de vida e ambiente em que está inserido (Brasil, sd). Nos discentes de Odontologia, esses fatores se entrelaçam com demandas do percurso acadêmico até a consolidação da carreira profissional. Durante a graduação, os estudantes enfrentam diversas dificuldades e situações imprevisíveis. Tais condições favorecem o desgaste da saúde mental (Souza *et al.*, 2023).

A saúde mental exerce papel determinante nas relações interpessoais: quando fragilizada, afeta de forma negativa o convívio social e acadêmico. Dessa forma, a espiritualidade pode funcionar como fator propulsor de saúde, com efeitos positivos, como a redução do estresse e o aumento na síntese de neurotransmissores associados ao humor positivo (Omais; Santos, 2022). Em estudo conduzido por Souza *et al.* (2023), com discentes de Odontologia na Bahia, identificou que estudantes envolvidos em práticas espirituais apresentaram maior autoestima e relações interpessoais efetivas. Nesse sentido, o estudo em questão objetiva analisar a influência da espiritualidade na saúde mental dos discentes de odontologia.

## MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão de literatura acerca da influência da espiritualidade na saúde mental de estudantes de Odontologia. A pesquisa foi realizada com base em publicações de artigos científicos completos, compreendidos no período de 2020 a 2025. Foram incluídos estudos quantitativos, qualitativos e revisões integrativas que abordassem aspectos relacionados à saúde mental e à espiritualidade. Como critérios de exclusão, foram excluídos artigos duplicados e aqueles cujos resumos não apresentavam pertinência com a temática analisada.

A estratégia de busca foi conduzida nas bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Scientific Electronic Library Online (SciELO), utilizando os descritores “Saúde Mental”, “Espiritualidade” e “Estudantes de Odontologia”, de acordo com os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), combinados pelo operador booleano “AND”. A busca inicial resultou em 34 artigos, dos quais, após a aplicação dos critérios de seleção, cinco foram incluídos na análise final.

Após a seleção final dos cinco artigos, procedeu-se à leitura exploratória para verificar a relevância de cada estudo em relação aos objetivos desta pesquisa. Em seguida, realizou-se a leitura dos estudos, com destaque para os trechos que abordavam a relação entre espiritualidade e saúde mental em discentes de Odontologia. A análise seguiu uma abordagem integrativa, contemplando tanto aspectos conceituais quanto práticos discutidos nos estudos selecionados. Dessa forma, buscou-se evidenciar de que maneira a espiritualidade pode atuar como fator de proteção ou de promoção da saúde mental, bem como suas implicações no contexto acadêmico e na vida pessoal dos estudantes.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A revisão de literatura evidenciou a interligação entre diferentes dimensões da vida humana, destacando a espiritualidade como um elemento que confere significado existencial e influencia a forma como o indivíduo se relaciona com o mundo. De acordo com Souza *et al.* (2023), a espiritualidade expressa não apenas o cuidado consigo e com a vida, mas também a maneira como as pessoas lidam com conjunturas e eventos cotidianos. No caso dos discentes de Odontologia, essa dimensão ganha relevância no contexto das relações interpessoais, em especial na interação profissional-paciente, situação marcada por estresse e pressão, que podem comprometer a saúde mental (Brasil).

Para Andrade *et al.* (2020), o ambiente institucional tem sido cada vez mais reconhecido como espaço de reflexão sobre saúde mental, apontando a necessidade de criação de programas de apoio, para que haja um melhor acolhimento, assistência e amparo com os discentes, de forma mais assertiva. Nesse sentido, estudos demonstram que estudantes que vivenciam práticas espirituais apresentam maiores índices de felicidades, interações sociais efetivas e melhor qualidade de vida, reforçando a relação complementar entre espiritualidade e saúde mental (Souza *et al.*, 2023).

Souza *et al.* (2023) e Omais; Santos (2022), evidenciam que indivíduos com espiritualidade mais desenvolvida tendem a compreender melhor suas emoções e sentimentos, alcançando maior equilíbrio e capacidade de lidar com situações adversas. Essa característica favorece a estabilidade emocional e contribui para uma relação mais empática e colaborativa entre profissional/paciente no exercício da profissão. Além disso, a espiritualidade estimula o cultivo de emoções positivas, como gratidão, amor e resiliência, aspectos relevantes na promoção da saúde mental.

## CONCLUSÕES/CONSIDERAÇÕES

Conclui-se que este estudo reforça a compreensão da espiritualidade como uma porta de entrada para o autoconhecimento, favorecendo a reflexão sobre valores fundamentais, identidade pessoal e sentido da vida. A análise evidencia que saúde mental e espiritualidade se complementam, sendo indivíduos espiritualizados mais propensos a desenvolver estabilidade emocional.

No contexto específico dos discentes de Odontologia, a integração entre espiritualidade e saúde mental revela-se essencial, uma vez que impacta as relações interpessoais, na resiliência diante de desafios acadêmicos e profissionais, e no desenvolvimento da autoestima, autoconfiança e habilidades de liderança. Dessa forma, o estudo ressalta a importância de estratégias institucionais e acadêmicas que reconheçam e promovam a dimensão espiritual como recurso para a promoção do bem-estar e da saúde mental entre estudantes de Odontologia.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. ANDRADE, M. B. T. *et al.* O nexó entre religiosidade/espiritualidade e o comportamento suicida em jovens. SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. (Ed. port.) , Ribeirão Preto, v. 4, pág. 109-121, 2020. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1806-69762020000400014&lng=en&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-69762020000400014&lng=en&nrm=iso) Acesso em: 10 mar. 2025. DOI: <https://doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2020.169257> .
2. BATISTA, A.; BÉDARD, M. È. Espiritualidade: Uma alavanca para promover a saúde e o bem-estar das pessoas idosas. [S. l.], 2023. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/RevEnvelhecer/article/view/125582/89546>. Acesso em: 10 mar. 2025.
3. BRASIL. Saúde Mental. Ministério da Saúde. [S. l.], [20--]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-mental>. Acesso em: 10 mar. 2025.
4. OMAIS, S. O.; SANTOS, M. A. Religiosidade/Espiritualidade: interrelações com o bem-estar e saúde mental à luz da Psicologia Positiva. [S. l.], 2022. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/memorandum/article/view/37598/31490>. Acesso em: 10 mar. 2025.
5. SOUZA, I.A.; Yarid, S.D.; SOUZA, M.M.T; CROSATO, E.M. Relações entre espiritualidade e religiosidade em acadêmicos de odontologia do estado da Bahia. [S. l.], 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rgo/a/CkdGkd7PyPkRWvbWNYhHzvx/?lang=en>. Acesso em: 10 mar. 2025.