

A espiritualidade como alicerce para o desenvolvimento da resiliência e esperança em caminhoneiros

Spirituality as a foundation for developing resilience and hope in truck drivers

La espiritualidad como base para desarrollar la resiliencia y la esperanza en los camioneros

Clara Oliveira Lelis¹, Fabiana Paula Reis Aderne², Sérgio Donha Yarid³

Como citar esse artigo. Lelis CO, Aderne FPR, Yarid SD. A espiritualidade como alicerce para o desenvolvimento da resiliência e esperança em caminhoneiros. Rev Pró-UniverSUS. 2024; 15(4):162-169.



Resumo

Introdução: As adversidades experienciadas pelos caminhoneiros exigem dos mesmos, estratégias que auxiliem a superação das dificuldades, as quais estão relacionadas às concepções de vida e ao sentido atribuído aos fenômenos que permeiam a existência humana, com isso, os motoristas desenvolvem ao longo do tempo algumas habilidades que se tomam fundamentais a prática profissional. **Objetivo:** O estudo em questão propõe investigar a espiritualidade entre os caminhoneiros, buscando compreender sua influência na resiliência, esperança e otimismo para lidar com as adversidades inerentes à profissão. **Materiais e métodos:** Trata-se de um estudo de abordagem descritiva, caráter quanti-qualitativo, realizado durante a execução das atividades do projeto de pesquisa e extensão Saúde na BR. Utiliza-se a metodologia da pesquisa-ação como base para sua intervenção, tendo como objetivo principal a implementação de ações interdisciplinares em saúde. **Resultados:** Ao término da pesquisa, 119 motoristas de caminhão participaram do estudo, com idades variando entre 21-68 anos. **Discussão:** A análise dos dados revelou uma alta prevalência da crença religiosa entre os participantes. Os resultados destacam não apenas a diversidade das convicções espirituais dentro da amostra, mas também a importância de compreender o papel da religião na vida desses profissionais, além disso, evidenciam que a maioria dos participantes percebe na fé e nos elementos em que acreditam um apoio para superação de desafios. **Considerações finais:** Conclui-se que a espiritualidade não apenas influencia, mas está intrinsecamente relacionada a melhores perspectivas na vida. Sendo assim, os caminhoneiros revelaram encontrar apoio e demonstraram uma notável resiliência vinculada às suas crenças.

Palavras-chave: Espiritualidade; Caminhoneiros; Resiliência; Esperança.

Abstract

Introduction: The adversities experienced by truck drivers require strategies from them that help overcome difficulties, which are related to the conceptions of life and the meaning attributed to the phenomena that permeate human existence, with this, drivers develop over time some skills that become fundamental to professional practice. **Objective:** The study in question aims to investigate spirituality among truck drivers, seeking to understand its influence on resilience, hope and optimism to deal with the adversities inherent to the profession. **Materials and methods:** This is a study with a descriptive approach, quantitative and qualitative in nature, carried out during the execution of the activities of the Health in BR research and extension project. The methodology of action research is used as a basis for its intervention, with the main objective being the implementation of interdisciplinary health actions. **Results:** At the end of the research, 119 truck drivers participated in the study, with ages ranging from 21-68 years old. **Discussion:** Data analysis revealed a high prevalence of religious belief among participants. The results highlight not only the diversity of spiritual convictions within the sample, but also the importance of understanding the role of religion in the lives of these professionals. Furthermore, they show that the majority of participants perceive faith and the elements in which they believe as support for overcoming challenges. **Final considerations:** It is concluded that spirituality not only influences, but is intrinsically related to better perspectives in life. Therefore, the truck drivers revealed that they found support and demonstrated remarkable resilience linked to their beliefs.

Key words: Spirituality; Truck Drivers; Resilience; Hope.

Resumen

Introducción: Las adversidades que viven los camioneros requieren de ellos estrategias que ayuden a superar las dificultades, las cuales están relacionadas con las concepciones de vida y el significado atribuido a los fenómenos que permean la existencia humana, con ello, los conductores desarrollan con el tiempo algunas habilidades que se vuelven fundamentales para practica profesional. **Objetivo:** El estudio en cuestión tiene como objetivo investigar la espiritualidad entre camioneros, buscando comprender su influencia en la resiliencia, la esperanza y el optimismo para afrontar las adversidades inherentes a la profesión. **Materiales y métodos:** Se trata de un estudio de enfoque descriptivo, de naturaleza cuantitativa y cualitativa, realizado durante la ejecución de las actividades del proyecto de investigación y extensión Salud en BR. Se utiliza como base para su intervención la metodología de la investigación acción, teniendo como objetivo principal la implementación de acciones interdisciplinarias en salud. **Resultados:** Al final de la investigación, participaron del estudio 119 camioneros, con edades comprendidas entre 21 y 68 años. **Discusión:** El análisis de los datos reveló una alta prevalencia de creencias religiosas entre los participantes. Los resultados resaltan no sólo la diversidad de convicciones espirituales dentro de la muestra, sino también la importancia de comprender el papel de la religión en la vida de estos profesionales. Además, muestran que la mayoría de los participantes perciben la fe y los elementos en los que creen. apoyo para superar los desafíos. **Consideraciones finales:** Se concluye que la espiritualidad no sólo influye, sino que está intrinsecamente relacionada con mejores perspectivas de vida. Por lo tanto, los camioneros revelaron que encontraron apoyo y demostraron una notable resiliencia vinculada a sus creencias.

Palabras clave: Espiritualidad, Camioneros; Resiliencia; Esperanza.

Afiliação dos autores:

¹Graduanda em Enfermagem pela Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia - UESB. UESB, Jequié, Bahia, Brasil. E-mail: lelisoelara@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-4885-2477>.

²Graduação em Química pela Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia - UESB (Especialista em Educação a Distância pela Universidade do Estado da Bahia - UNEB; Especialista Engenharia de Sistemas pela Escola Superior Aberta do Brasil - ESAB), Graduanda em Enfermagem pela UESB. UESB, Jequié, Bahia, Brasil. E-mail: fabiana.aderne@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1203-8172>

³Docente 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, Brasil. E-mail: yarid@uesb.edu.br ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0232-4212>

* E-mail de correspondência: lelisoelara@gmail.com

Recebido em: 05/08/24 Aceito em: 20/11/24

Introdução

A atividade laboral dos motoristas de caminhão que trafegam na BR 116 é de grande relevância e imprescindível para o abastecimento e desenvolvimento da economia nacional, visto que, essa rodovia atravessa o Brasil de Norte a Sul, possibilitando um alto fluxo comercial em todos os setores nessas regiões. Sendo assim, as atividades desempenhadas por esses profissionais têm um importante papel não apenas nos aspectos econômicos, como também nas interações socioculturais¹.

Nessas perspectivas, essa profissão engloba uma série de desafios estruturais e psicossociais, tais como: longas jornadas de trabalho, hábitos de vida pouco saudáveis, precarização das condições laborais, perigos no percurso, dentre outras adversidades, os quais propiciam momentos estressantes que comprometem tanto a saúde física, como mental. Além disso, o distanciamento de seus familiares e os extensos períodos longe de casa contribuem para a solidão e isolamento social, viabilizando repercussões negativas para a saúde mental, culminando muitas vezes na fragilidade emocional desses sujeitos².

Dessa forma, esses sentimentos desencadeados podem influenciar diretamente na forma como os caminhoneiros vivenciam sua rotina de trabalho, assim como, podem interferir nas competências necessárias para desempenhar e superar as dificuldades em sua jornada laboral.

As adversidades experienciadas pelos caminhoneiros exigem dos mesmos estratégias que auxiliem a superação das dificuldades cotidianas, as quais, na maioria das vezes, estão relacionadas às concepções de vida e ao sentido atribuído aos fenômenos que permeiam a existência humana. Em decorrência disso, os motoristas desenvolvem ao longo do tempo algumas habilidades que se tornam fundamentais no que tange a prática profissional. Nessa questão, destaca-se a resiliência, não apenas enquanto uma característica intrínseca, mas também como um conjunto de práticas que atua promovendo esperança e motivação para realização das atividades diárias³.

Atrelado a essa capacidade de resistência, está intimamente inserida uma forte relação com as crenças do indivíduo, sejam elas de natureza religiosa, espiritual ou filosófica. Desse modo, essas convicções pessoais desempenham um papel basilar e impulsionam os caminhoneiros promovendo otimismo, fé e determinação. Nesse contexto, a espiritualidade emerge como uma aliada no que tange a superação de dificuldades enfrentadas ao longo da vida e vem sendo reconhecida nos últimos anos enquanto um fenômeno que

impacta positivamente a vivência do ser humano, estando associada a um mecanismo estratégico no desenvolvimento de novas perspectivas e ressignificação de eventos vivenciados⁴.

Segundo Koenig⁵, a espiritualidade é definida como o meio de conexão entre o ser humano e o transcendente. Acrescenta-se ainda a concepção de que esse fenômeno também se significa através da busca pelo sentido da vida ou por meio das manifestações humanas e a relação do ser com o outro, com si mesmo, com a natureza e o sagrado⁶.

Atribui-se à espiritualidade a capacidade de funcionar enquanto mecanismo de enfrentamento das adversidades trazendo perspectivas positivas acerca das situações enfrentadas ao longo da vida, essa definição vem sendo conceituada como *coping*, o qual inclui estratégias para contornar adversidades e se relaciona com melhores índices de qualidade de vida⁷.

Nas abordagens mencionadas, o estudo em questão propõe investigar a espiritualidade entre os caminhoneiros, buscando compreender sua influência na resiliência, esperança e otimismo para lidar com as adversidades inerentes à profissão.

Materiais e métodos

O estudo foi realizado em setembro de 2023 e adotou uma abordagem descritiva de caráter quantitativo durante a execução das atividades do projeto de pesquisa e extensão denominado Saúde na BR, organizado pelo Núcleo de Pesquisa em Espiritualidade e Bioética (NUBE), vinculado a uma Universidade Estadual do município de Jequié. Este projeto ocorre anualmente desde 2015 e utiliza a metodologia da pesquisa-ação como base para sua intervenção, tendo como objetivo principal a implementação de ações interdisciplinares em saúde, especialmente voltadas para a condição de vulnerabilidade enfrentada por profissionais que atuam nesse cenário.

A coleta de dados foi realizada no posto da Polícia Rodoviária Federal (PRF) localizado no KM 767 da Rodovia Santos Dumont, BR 116, situado entre os municípios de Jequié e Manoel Vitorino na Bahia. Para este estudo, foram incluídos motoristas de caminhão de ambos os sexos, sendo predominantemente do sexo masculino, maiores de 18 anos, que estavam transitando na via durante a execução das atividades do projeto e que aceitaram participar voluntariamente da pesquisa, como critério de exclusão, adotou-se a indisponibilidade de responder ao questionário.

A pesquisa foi submetida e aprovada no Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Estadual

do Sudoeste da Bahia (UESB), campus de Jequié, com parecer consubstanciado do CEP sob o nº 2.852.175 e CAEE nº 95858318.6.0000.0055 e respeitou todas as normas éticas e científicas de acordo com os requisitos estabelecidos pela Resolução Nº 466/12 e 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde (CNS).

O projeto Saúde na BR foi estruturado com a presença de 10 estações, cada uma dedicada a uma área específica, contando com a participação de profissionais, docentes e discentes. Estas estações abrangiam diversos setores, sendo estes: Recepção, Atendimento de enfermagem, Espiritualidade, Medicina, Educação física, Fisioterapia, Farmácia, Assessoria jurídica, Psicologia, Odontologia, Nutrição e Satisfação, sendo realizado nessa última estação uma avaliação sobre a participação no evento. Cada área visava oferecer atendimento e suporte multidisciplinar aos profissionais que participaram das atividades do projeto.

Inicialmente, os caminhoneiros eram acolhidos na recepção, onde havia a explicação acerca do projeto e das pesquisas que seriam realizadas durante o desenvolvimento das ações, posteriormente, era disponibilizado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), no qual confirmava a participação no evento e autorizaram a utilização dos dados em pesquisas. Após o consentimento, os motoristas respondiam a um questionário sociodemográfico e em seguida eram encaminhados às respectivas estações, sendo fruto da presente pesquisa, a estação de espiritualidade.

O instrumento utilizado para coleta de dados consistiu na escala de espiritualidade de Pinto e Pais-Ribeiro (EEPP-R), a escala é composta por 5 questões que adotam por base uma perspectiva positiva da vida relacionada à esperança, otimismo, satisfação, e

valorização da vida⁸. Segundo Chaves e colaboradores⁹, a escala possui níveis de consistência interna considerados aceitáveis (alfa de Cronbach=0,64). Para mensuração das respostas foi utilizada a escala *Likert*, a qual permite aos entrevistados expressarem o nível de concordância ou discordância com cada uma das afirmações sobre os objetos de estímulo¹⁰ (Quadro 1).

Após a realização da pesquisa os dados foram tabulados no *Software Microsoft Excel 2013*¹¹, em seguida realizou-se a transcrição dos dados e para interpretação dos mesmos foi utilizado o método de análise descritiva em que foram calculadas medidas de tendência central (média e mediana) e medidas de dispersão (desvio padrão). Tal método proporciona ordenar, sumarizar e descrever os aspectos cruciais de um conjunto de características observadas, ou para fazer comparações entre essas características em dois ou mais conjuntos¹¹.

Resultados

Ao término da pesquisa, 119 motoristas de caminhão participaram do estudo, com idades variando entre 21 e 68 anos. A análise dos dados revelou uma alta prevalência de crença religiosa entre os participantes. Dos entrevistados, 79% (n=94) afirmaram ter uma crença religiosa, desses 68,1% (n=64) se identificaram como católicos, 24,5% (n=23) como evangélicos, 6,4% (n=6) como cristãos e 1% (n=1) afirmou ter mais de uma afiliação religiosa, enquanto 20,2% (n=24) declararam não possuir qualquer crença religiosa, 0,8% (n=1) não respondeu à questão. Esses resultados destacam não apenas a diversidade das convicções espirituais dentro da amostra, mas também a importância de compreender

Quadro 1. Escala de Espiritualidade de Pinto e Pais-Ribeiro (EEPP-R), 2007.

C.1 Crença Religiosa:	1. Não 2. Sim Qual?	C.1.2 Crença Espiritual:	1. Não 2. Sim Qual?	
Afirmação / Nível de concordância	Não Concordo	Concordo um pouco	Concordo Bastante	Plenamente de Acordo
C.2 - As minhas crenças espirituais / religiosas dão sentido à minha vida	1	2	3	4
C.3 - A minha fé e crenças dão-me forças nos momentos difíceis	1	2	3	4
C.4 - Vejo o futuro com esperança	1	2	3	4
C.5 - Sinto que a minha vida mudou para melhor	1	2	3	4
C.6 - Aprendi a dar valor às pequenas coisas da vida	1	2	3	4

Fonte. Pinto & Pais-Ribeiro, 2007.

o papel da religião na vida desses profissionais.

Entre os participantes sem filiação religiosa, 26,9% (n=32) declararam não ter qualquer crença espiritual, enquanto 41,2% (n=49) não responderam à pergunta. Por outro lado, 31,9% (n=38) manifestaram ter crenças espirituais, e dentro deste grupo, 63,1% (n=24), expressou a crença em Deus como um ser superior e transcendente. Esta distribuição sugere uma diversidade significativa de perspectivas espirituais, mesmo entre aqueles que não se identificam com uma religião organizada, destacando a complexidade das convicções pessoais dos caminhoneiros.

Em relação à prerrogativa que atribuíu o sentido à vida considerando a crença religiosa/espiritual, 75,6% (n=90) consideraram concordar plenamente, 10,9% (n=13) concordaram bastante, 10,1% (n=12) concordaram um pouco e, apenas 3,4% (n=4) referiram não concordar com a associação. Tais resultados demonstram que a maioria dos participantes consideram a conexão com o transcendente como um elemento essencial à existência humana, a qual desempenha um papel relevante na atribuição do significado à vida.

Quanto às motivações que propiciam força nos momentos difíceis, grande parte dos participantes, independente de possuir afiliação religiosa ou não, 85,7% (n=102) estavam plenamente de acordo que a fé e crença funcionam como elementos de enfrentamento das adversidades, 10,1% (n=12) concordaram bastante, 1,7% (n=2) concordaram um pouco e 2,5%(n=3) não concordaram. Desse modo, as respostas evidenciaram que a maioria dos participantes percebem na fé e nos elementos em que acreditam um apoio para superação de desafios.

Além disso, observou-se uma forte perspectiva no que tange o desenvolvimento de percepções positivas e otimistas acerca do futuro, além do apoio emocional

Tabela 1. Valores de afirmação e níveis de concordância. Bahia, Brasil, 2023. (n=119).

Afirmação / Nível de concordância	Não Concordo	Concordo Um pouco	Concordo Bastante	Plenamente De acordo
C.2 - As minhas crenças espirituais/religiosas dão sentido à minha vida.	4 (3,4%)	12 (10,1%)	13 (10,9%)	90 (75,6%)
C.3 - A minha fé e crenças dão-me forças nos momentos difíceis.	3 (2,5%)	2 (1,7%)	12 (10,1%)	102 (85,7%)
C.4 - Vejo o futuro com Esperança.	10 (8,4%)	11 (9,2%)	24 (20,2%)	74 (62,2%)
C.5 - Sinto que a minha vida mudou para melhor.	3 (2,5%)	4 (3,4%)	17 (14,3%)	95 (79,8%)
C.6 - Aprendi a dar valor às pequenas coisas da vida.	-	3 (2,5%)	2 (1,7%)	114 (95,8%)

Fonte. Dados da pesquisa, 2023.

Tabela 2. Estatística descritiva dos escores atribuídos por caminhoneiros, da escala de espiritualidade de Pinto & Pais-Ribeiro, Bahia, Brasil, 2023 (n=119).

	Média	Mediana	Desvio-padrão
Crenças	3,7	4	0,71
Espiritualidade/ otimismo	3,7	4	0,74

Fonte. Dados da pesquisa, 2023.

que tais elementos forneciam no enfrentamento dos momentos difíceis da vida, dentre o total de 119 pessoas, 62,2% (n=74) estavam plenamente de acordo, 20,2% (n=24) concordaram bastante, 9,2% (n=11) concordaram um pouco, e apenas 8,4% (n=10) não concordaram com a assertiva de possuir o sentimento de esperança para o futuro.

Em relação a percepção de melhores perspectivas para o futuro, grande parte dos caminhoneiros, cerca de 79,8% (n=95) apontaram estar plenamente de acordo, 3,4% (n=4) concordaram plenamente, 14,7% (n=17) concordaram bastante e apenas 2,5% (n=3) não concordaram. Tais resultados evidenciam uma visão esperançosa acerca da vida.

O item que investigava a capacidade de valorização das pequenas coisas da vida foi o que apresentou os maiores escores, transparecendo uma grande magnitude de perspectivas otimistas sobre os fenômenos da vida, desse modo, 95,8% (n=114) estavam plenamente de acordo, 2,5% (n=3) concordaram plenamente, 1,7% (n=2) concordaram bastante e não houve nenhuma discordância nesse questionamento.

A EEPP-R alicerça dois domínios: Crenças, que diz respeito à atribuição de sentido ou significado à vida e consiste em 2 itens (questões 1 e 2), referentes a uma dimensão vertical da espiritualidade, e esperança/otimismo que envolve a construção da esperança e de uma perspectiva positiva de vida, composta por 3 itens (questões 4, 5 e 6), relacionados a uma dimensão horizontal da espiritualidade⁸.

A pontuação de cada domínio é calculada por meio da média de seus itens, assim para encontrar os valores do domínio de crenças é preciso somar as questões 1 e 2 e dividir por dois. Do mesmo modo, para encontrar a pontuação do domínio esperança/otimismo, soma-se às questões 1, 2 e 3 e divide por três. Desse modo, a média da pontuação da escala varia de 1 a 4, assim, considera-se que quanto maior o valor obtido em cada item, maior a concordância com a dimensão avaliada^{12,13}.

Discussão

O projeto de extensão Saúde na BR, realizado anualmente, é uma ação educativa em saúde, que acontece na Rodovia Santos Dumont, BR 116, com intuito de proporcionar melhorias na qualidade de vida dos caminhoneiros que trafegam nesta região, viabilizando práticas que propiciam mudanças em hábitos de vida prejudiciais, pré-existentes, assim como, identificar os benefícios dos cuidados em saúde e riscos os quais estão expostos diariamente¹⁴.

O projeto tem relevância em várias áreas do conhecimento, sendo um dos seus objetivos identificar

a influência da espiritualidade no enfrentamento das dificuldades ocasionadas pela profissão. Nessas perspectivas, e diante das evidências propiciadas pelo estudo sobre a influência da espiritualidade, foram observados dois domínios que envolviam percepções relevantes, e estão relacionadas aos fenômenos da vida: crenças e esperança/otimismo.

Crenças

A espiritualidade envolve um conjunto amplo de concepções holísticas e místicas, ou seja, envolve o ser humano considerando o todo, corpo, mente e espírito, e sua relação com o mundo. Sendo assim, a espiritualidade alicerça e concede sentido a preceitos, condutas e saberes humanos, possibilitando ao indivíduo buscar significados entre a interconexão desses contextos e compreender a influência de um sobre o outro⁹.

A espiritualidade¹⁵ é caracterizada como uma dimensão intrínseca do ser humano, que abarca meios subjetivos, os quais dão sentido às eventualidades da vida. Para eles a espiritualidade:

É universal, ocupa todo nosso ser, toda nossa essência. É uma presença íntima, constante; é parte da nossa vida. Alguns seres humanos são mais espirituais e outros, menos; mas, na verdade, somos todos espirituais e espiritualizados. A espiritualidade está sempre presente no nosso cotidiano, no trabalho, na saúde, na educação, no lazer, na religião, na intimidade de cada um, entre agnósticos e ateus, no deitar, no levantar, enfim, em todos os tempos e momentos da nossa existência¹⁵.

As evidências científicas sobre os benefícios da espiritualidade são constatadas cada dia mais, pois certificam-se através de pesquisas, principalmente na área da saúde, a influência da espiritualidade como suporte para o enfrentamento das adversidades, como pode-se observar nos resultados obtidos na pesquisa em questão, os quais evidenciam que os caminhoneiros apresentaram índices relevantes no domínio das crenças, e estão relacionados ao sentido da vida e a força que essas representam na vida desses profissionais. Dessa forma, a espiritualidade abrange estratégias essenciais para lidar com as intercorrências da vida, muitas vezes expressa através da fé em Deus e religiosidade, ou até mesmo, sem manifestar nenhum elo de crença ou doutrina religiosa⁴.

Na pesquisa em questão, os dados refletem a distinção entre religiosidade e espiritualidade, os quais muitas vezes, são compreendidos enquanto sinônimos. No entanto, tais elementos podem se apresentar de forma dissociada, ser uma pessoa com religião não é sinônimo de ser espiritualizado, pois a espiritualidade engloba uma conexão com algo que transcende as fronteiras religiosas. Dessa forma, os resultados apresentados reforçam que há relação do sentido da vida com a religiosidade/ espiritualidade. Para Silva e Silva¹⁵, o

sentido da vida é uma expressão da espiritualidade. E a vida só efetivamente tem sentido quando apresenta uma direção, uma razão, um desejo, um propósito: “*O homem pode suportar tudo menos a falta de sentido*”¹⁵.

Nesse contexto, a fé, crença ou religião se revelaram como mecanismos poderosos de enfrentamento às adversidades, assim como, impulsionam quanto à superação de desafios, propiciando perspectivas positivas acerca da vida e do futuro, além de motivar na busca por melhores condições de vida. Assim, os resultados sugerem uma forte adesão à ideia em que a espiritualidade desempenha um papel significativo na atribuição de significado à vida e na superação de situações desafiadoras⁴.

Resiliência é um termo muito utilizado em várias áreas do conhecimento, muitas vezes empregada para descrever o comportamento humano, que na psicologia significa a capacidade de encarar e superar as adversidades. De um modo geral, é considerada a capacidade do indivíduo voltar ao estado normal. A resiliência¹⁶ é um processo dinâmico resultante de um processo positivo em meio às adversidades, é a forma de se adaptar com êxito às dificuldades e desafios impostos pela vida, com perseverança e conduta esperançosa. A pessoa resiliente tem a capacidade de transformar dor em crescimento interior, medos em oportunidades, frustrações em aprendizado, e obstáculos em meio para o crescimento pessoal¹⁶.

A resiliência está relacionada com a capacidade do ser humano de enfrentar e superar as adversidades, propicia a flexibilidade, ou seja, torna a pessoa flexível frente às condições adversas, tanto mentalmente como emocionalmente. “*A resiliência te faz mais forte sem deixar de ser flexível, te mantém firme e sereno mesmo diante de grandes adversidades*”¹⁶. Uma pessoa resiliente apresenta características que podem ser identificadas por pessoas próximas, como: autoconfiança, empatia, ser otimista e criativo, sabe lidar com as emoções de forma serena, além disso, tem uma conduta que propicia manter-se em equilíbrio frente às situações adversas¹⁷.

Nessas perspectivas, a resiliência é essencial para esses profissionais, uma vez que, enfrentam uma série de desafios cotidianos, e precisam superá-los para continuar sua jornada. Essa capacidade de superação está intrinsecamente ligada às suas motivações e crenças pessoais, o que é evidenciado nos resultados obtidos na pesquisa, os caminheiros apresentam índices relevantes no domínio das crenças. Dessa forma, a espiritualidade se revela como um elemento-chave no que diz respeito ao sentimento de resiliência e também esperança. É através dessa dimensão espiritual que muitos encontram forças para superar obstáculos, mantendo-se firmes em seus propósitos e encontrando sentido para a existência humana¹⁵.

Destaca-se ainda a apreciação de diferentes perspectivas a partir das respostas obtidas nas questões

sobre mudanças na vida e a valorização das pequenas coisas. Nesse contexto, a análise da amostra revela que apenas uma pequena parcela dos participantes discorda dessa premissa, independentemente de sua afiliação religiosa. Esse panorama sugere a valorização e reconhecimento dos aspectos positivos da vida independente da diversidade de crenças ou ausência delas.

Esperança/otimismo

A esperança e o otimismo são ferramentas que se constituem enquanto fatores motivadores estando principalmente atreladas a perspectivas positivas acerca do futuro. Nesse sentido, ambos os aspectos atuam fazendo com que o indivíduo, embora diante de obstáculos e dificuldades mantenha a expectativa de que seus objetivos sejam alcançados, mesmo se deparando com alguns empecilhos¹⁸.

Sob essa ótica, a esperança é o elemento que estimula o ser humano em sua existência, propiciando sentimentos positivos sobre o futuro. Por outro lado, o otimismo está relacionado à expectativa de que os acontecimentos futuros serão positivos. Desse modo, os resultados do estudo demonstraram que os caminheiros apresentavam elevados valores nesse domínio, evidenciando uma correlação positiva e de grande magnitude entre enfrentamento de adversidades e sentimentos de esperança e otimismo^{18,19}.

Conforme trazem os estudos de Cruz e colaboradores²⁰, o otimismo corrobora com a melhor qualidade de vida no contexto laboral, auxiliando no enfrentamento de dificuldades tanto pessoais quanto de trabalho. Dessa forma, a pessoa otimista possui melhores condições de lidar com o estresse cotidiano ocasionado pela profissão, o que consolida uma vantagem adaptativa e resiliente.

Ao investigar os sentimentos que se desvelam dentre os caminheiros da amostra, notou-se que grande parte dos participantes possuem uma visão otimista acerca das condições de vida. Desse modo²¹ o otimismo exerce grande influência sobre a forma como o ser humano se relaciona com o mundo, trazendo repercussões positivas tanto para o bem estar físico quanto mental.

Destarte, o otimismo exerce um papel primordial na busca por melhores condições de vida, impulsionando os sujeitos a exercerem condutas mais confiantes e persistentes e influenciando a forma como os mesmos lidam em situações cotidianas. Nesse íterim, pessoas otimizistas reportam menores episódios de estresse no cotidiano, mesmo diante de determinadas emoções negativas e momentos desafiadores²².

Dessa forma, a visão otimista está imbricada com a esperança, visto que a forma de compreensão dos fenômenos diários impacta diretamente no significado

que se atribui a situações futuras. No contexto laborativo dos caminhoneiros, tal prerrogativa indica o desenvolvimento da resiliência para a concretização de conquistas e aspirações individuais. Além disso, a esperança fortalece o sentimento de fé nos fenômenos futuros, assim, os motoristas acreditam que chegarão em casa seguros, encontrarão seus familiares ou serão protegidos durante as viagens, etc. Desse modo, esses fatores contribuem com a sensação de bem-estar e qualidade de vida.

Em relação ao sentido de valorização dos fenômenos cotidianos, o otimismo também se apresenta como um mecanismo que capacita os indivíduos a reconhecer as pequenas coisas da vida de forma positiva, corroborando com boas expectativas para presente e futuro²³. Nessa perspectiva, a amostra investigada revelou que grande parte dos caminhoneiros possuem essa perspicácia, revelando a visão promissora dos mesmos.

Assim, o vínculo que se estabelece entre esperança e otimismo constitui-se como um impulsionador vital para os caminhoneiros, refletindo não apenas em sua resiliência diante dos desafios laborais, como também em sua visão promissora em relação ao futuro. A esperança, ao nutrir a crença na concretização de conquistas e aspirações, se alia ao otimismo, que permeia a visão dos motoristas sobre as dificuldades cotidianas, viabilizando melhores condições de vida.

Ao reconhecer as pequenas conquistas e encarar os eventos cotidianos com otimismo, os motoristas demonstram uma postura favorável, que além de fortalecer sua resiliência, também contribui para sua saúde mental e emocional. Portanto, o enlace entre esperança e otimismo emerge como um mecanismo essencial na jornada diária dos caminhoneiros, fornecendo-lhes determinação e confiança necessárias para enfrentar as adversidades.

Considerações finais

Conclui-se que a espiritualidade não apenas influencia, mas está intrinsecamente relacionada a melhores perspectivas na vida dos motoristas. Sendo assim, os caminhoneiros revelaram encontrar apoio e demonstraram uma notável resiliência, claramente vinculada às suas crenças pessoais. Além disso, o resgate de elementos que remetem à fé emergiu como um fenômeno poderoso e de resignificação para as situações vivenciadas, oferecendo novas perspectivas acerca do enfrentamento de desafios e dificuldades.

Portanto, a espiritualidade emerge como um elemento imprescindível para o ser humano, sendo essencial no enfrentamento de momentos desafiadores da vida. Nesse sentido, ela não apenas oferece suporte emocional e psicológico, mas também promove um sentido profundo de propósito e significado. Através dela, os indivíduos encontram força, coragem e

resiliência enraizados em suas próprias convicções e valores pessoais. Assim, a espiritualidade se revela como uma importante aliada para aspectos vivenciados, inerentes à existência humana.

Conflito de interesse

Os autores declaram não haver conflitos de interesse de nenhuma natureza.

Referências

1. Guimarães TP, Silva H. Impactos causados pela duplicação de Rodovia Federal: Br 116 Norte entre Feira De Santana e Santa Bárbara. UNIFACS. 2022-06-20 Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/23587>.
2. Moreira JS, Leal LFM, Barbosa SC. Saúde mental no transporte rodoviário de carga: olhar ao caminhoneiro. Rev. Psicol. Saúde [Internet]. 2022. Mar; 14(1): 133-145. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.20435/pssa.v14i1.1725>.
3. Alessi A, Alves MK. Hábitos de vida e condições de saúde dos caminhoneiros do Brasil: Uma revisão da literatura. Ciência & Saúde 2015; 8(3):129-36.
4. Aderne FPR, Sanches GJC, Goya S, Yarid SD. Espiritualidade e Bioética. Evidências científicas sobre a influência da espiritualidade na manutenção da saúde, enfrentamento do adoecimento e recuperação. Uniedusul. 2022. Cap. V. pag. 37 a 47. Disponível em: doi: 10.51324/54180139.5.
5. Koenig HG. Religion, spirituality, and health: the research and clinical implications. ISRN psychiatry, 2012, 278730. Disponível em: <https://doi.org/10.5402/2012/278730>. <https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/faenfi/article/view/18184>.
6. Forti SS. Mensuração da espiritualidade/religiosidade em saúde no Brasil: uma revisão sistemática. Ciência & Saúde Coletiva, 25(4):1463-1474, 2020. DOI: 10.1590/1413-81232020254.21672018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/SC3ncDvp9mgfHPDmYzg5Gkc/?format=pdf>.
7. Foch GF de L, Silva AMB, Enumo SRF. Coping religioso/espiritual: uma revisão sistemática de literatura (2003-2013). Arq. bras. psicol. [Internet]. 2017 [citado 2024 Jan 05]; 69(2): 53-71. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672017000200005&lng=pt.
8. Dias EM, Pais-Ribeiro JL. Propriedades Psicométricas da Escala de Espiritualidade de Pinto e Pais-Ribeiro: Estudo com pessoas idosas residentes na comunidade. Revista Kairós -Gerontologia, 2017; 20 (4):91-110. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.23925/2176-901X.2017v20i4p91-110>.
9. Chaves ECL, Iunes DH, Moura CC, Carvalho LC, Silva AM, Carvalho EC. Ansiedade e espiritualidade em estudantes universitários: um estudo transversal. Rev Bras Enferm. 2015;68(3):444-9. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167.2015680318i>.
10. Ghisi MA, Merlo EM, Nagano MS. A mensuração da importância de atributos em serviços: uma comparação de escalas. Revista de Administração Mackenzie, 2006;7 (2):123-145. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1678-69712006/administracao.v7n2p123-145>.
11. Reis EA, Reis IA. Análise Descritiva de Dados. Relatório Técnico do Departamento de Estatística da UFMG. 2002 Disponível em: <https://www.est.ufmg.br/portal/wp-content/uploads/2023/01/RTE-02-2002.pdf>.
12. Oliveira DS, Furtado, L.N.S.; Azevedo, F.B.; Ramos, S.B.; Bittar, C.M.L. Influência da espiritualidade, religiosidade e crenças pessoais na qualidade de vida de pacientes em quimioterapia. Temas Saúde. 2018;18(2):76-102. Disponível em: https://bdtd.ibict.br/vufind/Record/CUB_574000f898dfd2612cdecff2a6afa100

13. Vaz LM, Taets CMC, Taets GGCC. Avaliação do nível de espiritualidade e esperança de pacientes com câncer. *Rev. médico. Minas Gerais*, 2022; 32: 32114,. Disponível em: <https://doi.org/10.5935/2238-3182.2022e32114>.
14. Biondo CS, Aderne FPR, Vieira R de A Anjos, Neta MMS dos; Yarid SD. Impacto da atividade laboral de motoristas de caminhão no cuidado em saúde. *Revista Contemporânea*, 2023;3(7). Disponível em: <https://doi.org/10.56083/RCV3N7-127>.
15. Silva JB, Silva LB. Relação entre Religião, Espiritualidade e Sentido da Vida. *Revista Logos & Existência. Revista da associação brasileira de logoterapia e análise existencial* 2014; 3 (2), 203-215. Disponível em: <https://periodicos.ufpb.br/index.php/le/article/viewFile/22107/12148>.
16. Baihé MHA. Resiliência na prática. Governo do Estado de Pernambuco. Secretaria de Administração. Centro de Formação dos Servidores e Empregados Públicos do Poder Executivo Estadual. Recife: Cefospe, 2020. 75p.: il. Disponível em: https://www.egape.pe.gov.br/images/media/1665420270_Apostila%20Resiliencia%20na%20Pratica.pdf.
17. Marques JR. O que é Resiliência. IBC. Instituto Brasileiro de Coaching. 06 fev. 2023. Disponível em: <https://www.ibccoaching.com.br/portal/artigos/o-que-e-resiliencia/>.
18. Santos MC dos, Wechsler SM. Escala de Otimismo para Adultos: Construção e Validação. *Psico-USF [Internet]*. 2020 Jan; 25(1):89–100. Available from: <https://doi.org/10.1590/1413-82712020250108>.
19. Souza ÉN, Oliveira NA de, Luchesi BM, Gratão ACM, Orlandi F de S, Pavarini SCI. Relação entre a esperança e a espiritualidade de idosos cuidadores. *Texto contexto - enferm [Internet]*. 2017; 26(3):e6780015. Available from: <https://doi.org/10.1590/0104-07072017006780015>.
20. Cruz JP, Cabrera DNC Hufana, OD, Alqwez N, Almazan J. (2018). Optimism, proactive coping and quality of life among nurses: A cross-sectional study. *Journal of Clinical Nursing*, 27, 2098-2108. Recuperado em maio de 2019. Disponível em: <https://onlinelibrary-wiley.ez46.periodicos.capes.gov.br/doi/full/10.1111/jocn.14363>
21. Adamcheski L, Tureck F. O impacto da religiosidade e da espiritualidade no cuidado do paciente oncológico: uma revisão integrativa da literatura. *Revista De Medicina UNC*, 2023; 2, 24–41. Disponível em: <https://doi.org/10.24302/rmedunc.v2.4722>.
22. Santos L, Faro A. Otimismo: Teoria e Aplicabilidade para a Psicologia. *Revista Psicologia e Saúde*. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.20435/pssa.v0i0.898>.
23. Santos MC dos. Construção e Validação de uma Escala de Otimismo para Adultos. 2018. 160f. Tese (Doutorado em Psicologia) – Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Centro de Ciências da Vida, Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Psicologia, Campinas, 2018. Disponível em: <http://repositorio.sis.puc-campinas.edu.br/xmlui/handle/123456789/15753>.