

Cura-te

a ti mesmo

Enfermidades e cuidados
de saúde do clero

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Angélica Ilacqua CRB-8/7057

Pereira, José Carlos

Cura-te a ti mesmo : enfermidades e cuidados de saúde do clero / José Carlos Pereira. - São Paulo : Paulus, 2025.
(Coleção Vida Presbiteral)

ISBN 978-85-349-5837-0

1. Clero - Saúde 2. Vida presbiteral – Enfermidades I. Título II. Série

25-4450

CDD 253.6

Índice para catálogo sistemático:
1. Clero - Saúde

Coleção VIDA PRESBITERAL

- *Reflexões sobre o sacerdócio: carta a um jovem padre*, Francis Arinze
- *Presbíteros: palavra e liturgia*, Enzo Bianchi
- *Formação permanente: acreditamos realmente?*, Amedeo Cencini
- *O desgaste na vida sacerdotal: prevenir e superar a síndrome de burnout*, Helena López de Mérzeville
- *Espiritualidade do padre diocesano*, Humberto Robson de Carvalho; Fernando Lorenz
- *Ser sacerdote*, Edson Oriolo
- *Papa Francisco aos sacerdotes*, Papa Francisco
- *Diocesaneidade, esponsalidade e incardinação*, VV.AA.
- *Coração sacerdotal*, João Bosco Óliver de Faria
- *A dimensão comunitária do ministério presbiteral: reflexões a partir do Decreto Presbyterorum ordinis*, Sandro Ferreira
- *Padre diocesano: a alegria de amar servindo e servir amando*, Humberto Robson de Carvalho; Anderson Frezzato
- *Padre diocesano: vocação, carisma e missão*, Humberto Robson de Carvalho
- *Coração de pastor*, João Bosco Oliver de Faria
- *Fraternidade presbiteral diocesana: propostas, sugestões e roteiro*, Humberto Robson de Carvalho
- *Padre diocesano: testemunha do mistério pascal*, Humberto Robson de Carvalho; Manuel Joaquim Rodrigues dos Santos
- *Cura-te a ti mesmo: enfermidades e cuidados de saúde do clero*, José Carlos Pereira
- *Sacerdócio e envelhecimento*, Humberto Robson de Carvalho; Manuel Joaquim Rodrigues dos Santos

José Carlos Pereira

Cura-te a ti mesmo

Enfermidades e cuidados
de saúde do clero



Todos os direitos reservados pela Paulus Editora. Nenhuma parte desta publicação poderá ser reproduzida, seja por meios mecânicos, eletrônicos, seja via cópia xerográfica, sem a autorização prévia da Editora.

Direção editorial

Pe. Jakson Ferreira de Alencar

Gerência editorial

Elisa Zugeber

Revisão

Tiago José Risi Leme

Cícera Martins

Albertino Manuel Mucute Bramuge

Pe. Zolferino Tonon

Design

Julia Ahmed

Imagen da capa

Getty Images

Impressão e acabamento

PAULUS

1^a edição, 2025



Conheça o catálogo **PAULUS**
acessando: paulus.com.br/loja,
ou pelo QR Code.
Televendas: (11) 3789-4000 /
0800 016 40 11

© PAULUS – 2025

Rua Francisco Cruz, 229 • 04117-091

São Paulo (Brasil)

Tel.: (11) 5087-3700

paulus.com.br • editorial@paulus.com.br

ISBN 978-85-349-5837-0

Índice

Prefácio	11
Apresentação	17
Introdução	21
1. As enfermidades da Igreja	31
As feridas da Igreja	33
Os quinze tipos de enfermidades da Igreja	38
O transtorno pedófilo	60
“Dores invisíveis” e clamores inaudíveis	64
2. O sedentarismo e suas consequências na saúde do padre	77
Sedentarismo e obesidade	85
Sedentarismo e gestão do tempo	87
3. Enfermidades predominantes no clero e medidas preventivas	97
Padres acometidos por estresse	103

Síndromes que mais afetam os padres	106
O suicídio entre os padres	
e medidas para contorná-lo	113
Índice de frequência ao médico	133
4. A alimentação como indicador de saudabilidade	137
Consumo exagerado de alimentos	142
Alimentos pouco saudáveis	146
Alimentação desregrada	149
Horários flexíveis das principais refeições	159
5. Saúde suplementar. Os padres e a história da saúde no Brasil	165
A saúde pública	168
A saúde na iniciativa privada	175
A Igreja e as Santas Casas de Misericórdia	178
A organização da Igreja	
no tocante à saúde dos padres	186
Planos de saúde: facilidades e dificuldades	190
6. A saúde emocional dos padres: acompanhamento psicológico	197
A importância do acompanhamento psicológico	
na vida emocional do padre	199
O acompanhamento psicológico	
no processo formativo de seminaristas	200
A porcentagem de padres	
que faz acompanhamento psicológico	210
Os desafios à saúde psíquica na missão do padre	217
Os cuidados com aqueles	
que têm a missão de cuidar	230
7. A saúde mental dos padres: acompanhamento psiquiátrico	237
O paradoxo da loucura: sabedoria e exclusão	238
A porcentagem de padres	
que faz acompanhamento psiquiátrico	246
O uso de medicamentos controlados entre o clero	248

Distúrbios psiquiátricos mais comuns entre os padres do Brasil	252
A inveja entre os padres: transtorno de personalidade ou construção social?	266
8. Os benefícios da amizade entre os padres	281
Amizade líquida x amizade sólida	282
Importância das amizades no clero	286
Crise gerada pela falta de amigos	288
Diferença entre relações amistosas e amizades verdadeiras	292
9. Os benefícios da sociabilidade na saúde do clero	301
A sociabilidade e seu suporte no exercício do sacerdócio	302
Transtornos antissociais e traços de personalidade introvertida: consequências pessoais e pastorais	306
O convívio entre padres e o bispo	312
A convivência dos padres com diáconos permanentes e seminaristas	318
10. Padres e enfermidades crônicas	323
Algumas características de doenças crônicas	324
Porcentagem de padres com transtornos crônicos de saúde	326
Doenças crônicas que mais afetam os padres	327
Igreja e AIDS: um desafio pastoral	329
11. Identidade afetivo-sexual dos padres	337
O conceito de identidade	338
Identidade afetivo-sexual e saúde mental	340
Identidade afetivo-sexual e celibato	347
Afetividade tratada como disciplina no processo formativo do clero	347
Ambiguidade na identidade afetivo-sexual	355
Considerações finais	361
Bibliografia	371

“Prefiro uma Igreja acidentada, ferida e enlameada,
por ter saído pelas estradas, a uma Igreja enferma
pelo fechamento e pela comodidade
de se agarrar às próprias seguranças.”
(Evangelii Gaudium, n° 49)

Prefácio

Ambivalência é um dos maiores desafios enfrentados pela sociedade ocidental. O clero não escapa, sofre todo o seu drama, a ponto de ser conduzido a um estado de agonia.

Uma importante análise do tema da ambivalência se encontra no livro de Zygmunt Bauman, *Modernidade e ambivalência*. O sociólogo polonês faz uma introdução sublinhando a obsessão pela ordem que está na base da chamada época moderna. Mas contra a ordem está o caos. Ordem e caos, à medida que se alternam, criam situações ambivalentes. A ambivalência é o limite da linguagem em encontrar os termos adequados para descrever de modo preciso determinada realidade. O próprio Bauman a define assim: “A ambivalência, possibilidade de conferir a um objeto ou evento mais de uma

categoria, é uma desordem específica da linguagem, uma falha da função nomeadora (segregadora) que a linguagem deve desempenhar” (BAUMAN, *Modernidade e ambivalência*, p. 9).

No mundo antigo e medieval, essa “função nomeadora” que leva a um estado de ordem era concebida do ponto de vista natural. Tratava-se de um princípio exterior e superior à existência do indivíduo e transmitia segurança interior, bem como uma razoável explicação para entender a harmonia do universo que governava a vida do sujeito. O indivíduo teria apenas que conformar-se a este princípio. Por séculos a mente humana se adequou a esta autoridade exterior, rendendo-lhe obediência e depositando nela toda a sua confiança. A ordem, ou princípio ordenador, era concebida como o cosmos (mundo grego) ou Deus (mundo medieval).

Mas esta forma de vida foi duramente atacada com o alvorecer da chamada era moderna. Se no mundo precedente a ordem é natural, na modernidade ela é um princípio artificial, ou seja, é uma criação do homem. Quem garante a ordem é a capacidade da ciência de mensurar os fenômenos da natureza. Esta perde toda a sua autonomia, pois o homem a explora e a codifica em cálculos e teorias precisas. Cria-se uma linguagem para explicar tudo, pondo em crise o princípio heterônomo, a existência de um mundo superior que controlava tudo era apenas a ausência da capacidade humana de gerir a si mesma. O homem torna-se o centro e cria as técnicas para a era das revoluções. Ele é um deus, pois as doenças são curadas pelas suas descobertas e não mais pela prece do crente que invoca o auxílio poderoso de seu Deus. A modernidade cria uma outra ordem em direção a um progresso linear de bem-estar: um futuro garantido pelo progresso que se testemunha já no presente.

Mas será mesmo que este projeto se manteve tão perfeito? O desenrolar da história demonstrou eventos catastróficos que puseram em dúvida o inebriamento moderno em

impôr ordem em tudo: trata-se das guerras mundiais e hoje, sobretudo, dos danos causados à natureza. A ambivalência surge exatamente diante desta sensação de fracasso, pois a ordem não é tão perfeita como se pensava e, por mais que se busquem alternativas de resiliência, o projeto moderno sempre se depara com o seu limite de impotência e de desordem. A realidade, não sendo tão perfeita e regular como se pensava, escapa ao controle da razão, traz novos desafios que surpreendem e põem em crise a vontade de poder, o ideal de verdades homogêneas. A ambivalência é o elemento crítico que desafia a vida moderna.

Em que sentido este cenário atinge o clero? Vivemos neste mundo, onde a ideia do progresso e do bem-estar nunca desaparecem. Desfrutamos de todas as invenções modernas que almejam ordem e segurança, as garantias de uma vida perfeita e todo o aparato tecnológico que trabalha a favor do alcance dos nossos objetivos. Mas são as sensações geradas em nós, decorrentes deste projeto, que causam a ambivalência de nossa existência, conduzindo-nos a um estado de agonia.

No clero, a ambivalência se manifesta de modo sutil. Somos guardiões de um patrimônio de verdade que também almeja a ordem, pois cremos que o pecado é desordem e ameaça a harmonia da criação. Nós continuamos a transmitir este depósito. Ele é esteticamente atraente e regido por uma lógica discursiva impecável. Do púlpito, e em tudo o que fazemos, tentamos transmitir esta verdade. Mas ela esbarra num ouvinte frágil e educado em outra época, na qual esta lógica milenar torna-se um pouco estranha, pois as formas de vida de hoje são acostumadas com conversas e mensagens rápidas. Todo o discurso elaborado pelo clero rapidamente se dissolve com a distração de seu ouvinte: “foi bonito o que você disse, mas não entendi nada”. Mas não é só o fiel a experimentar este drama, pois a fé do pregador é tão frágil quanto a dos seus ouvintes: eis que ele também, em sua forma de vida, parece não estar

tão atento às palavras que saem de suas pregações, visto que se sente angustiado depois de tanto rezar e pregar. Sua vida parece perder o sentido (a onda de suicídios no clero é um escândalo para a consciência do santo povo de Deus), mesmo que ele ensine que em Deus está todo o sentido; ele está mal-humorado, mesmo que diga que Deus é a fonte suprema da alegria; ele vive dias de ansiedade em busca do psicólogo e do psiquiatra, mesmo que leia na Escritura que a nossa vida está nas mãos do Altíssimo; assim começa a agonia do clero, graças à ambivalência, que põe em crise as certezas costumeiras que regem a vida do padre.

A ambivalência, elemento presente em qualquer que seja a forma de vida atual, é o agente causador da agonia do clero. Antigamente, quando tudo era interpretado a partir da radicalidade da época da cristandade, o clero de modo geral se conformava com a exigência de uma vida ordenada. Não havia margens para ambivalências, pois tudo girava em torno de um sistema claro e preciso. A forma de vestir-se do clero era única para todos, batinas e hábitos religiosos sempre e em qualquer que fosse a situação do cotidiano, orações e leituras regulares, a vida sacramental dava o ritmo da vida: o padre estava na Igreja e na sacristia, o fiel, com o terço na mão, era assíduo frequentador da vida paroquial. A festa e o lazer eram promovidos pela Igreja. Tudo era bem ordenado e claro, pois cada um sabia de fato assumir o seu papel, cada um tinha o seu lugar bem delimitado.

Mas eis que a ambivalência se infiltrou na história e tornou-se a hóspede do cotidiano dos padres. Batina e hábito só na Igreja, depois se assume outro estilo, pois no shopping e nos lugares públicos o padre se sentiria um extraterrestre, então é melhor vestir-se como um civil: eis a ambivalência! Parece que há um jeito de viver o profano e outro de viver o sagrado. A dualidade é terrível! Graças aos efeitos da ambivalência, o clero divide o coração e compromete a vocação, pois o

padre é padre sempre, não em determinadas ocasiões. Existe hoje a obsessão pela privacidade (sem dúvida isso é essencial), mas a unção sacerdotal não tem uma missão pública? A ambivalência pôs tudo em confusão, gera agonia interior, pois o coração sacerdotal está dividido entre os valores clássicos do ministério e o estilo privado de viver hoje. Então a agonia se prolonga com a chamada eficiência da administração que rege o dia a dia do presbítero. Ele tem horários para tudo, a vida vai na cadência da agenda. Funcionários ou profetas itinerantes? Onde foi parar a liberdade do Espírito, que não se apega à letra? Mas a ambivalência é tirana, segue se infiltrando e dando gargalhadas da nossa agonia.

Pe. Ademir Guedes de Azevedo, CP