

*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 Mézerville
- *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 Zuigeber

**Revisão**

Tiago José Risi Leme

Cícera Martins

Albertino Manuel Mucute Bramuge

Pe. Zolferino Tonon

**Design**

Julia Ahmed

**Imagem da capa**

Getty Images

**Impressão e acabamento**

PAULUS

1ª edição, 2025



Conheça o catálogo PAULUS  
acessando: [paulus.com.br/loja](http://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](http://paulus.com.br) • [editorial@paulus.com.br](mailto:editorial@paulus.com.br)

ISBN 978-85-349-5837-0

# Índice

<b>Prefácio</b>	11
<b>Apresentação</b>	17
<b>Introdução</b>	21
<b>1. As enfermidades da Igreja</b>	31
As feridas da Igreja	33
Os quinze tipos de enfermidades da Igreja	38
O transtorno pedófilo	60
"Dores invisíveis" e clamores inaudíveis	64
<b>2. O sedentarismo e suas consequências na saúde do padre</b>	77
Sedentarismo e obesidade	85
Sedentarismo e gestão do tempo	87
<b>3. Enfermidades predominantes no clero e medidas preventivas</b>	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
<b>4. A alimentação como indicador de saudabilidade</b>	137
Consumo exagerado de alimentos	142
Alimentos pouco saudáveis	146
Alimentação desregrada	149
Horários flexíveis das principais refeições	159
<b>5. Saúde suplementar. Os padres e a história da saúde no Brasil</b>	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
<b>6. A saúde emocional dos padres: acompanhamento psicológico</b>	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
<b>7. A saúde mental dos padres: acompanhamento psiquiátrico</b>	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
<b>8. Os benefícios da amizade entre os padres</b>	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
<b>9. Os benefícios da sociabilidade na saúde do clero</b>	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
<b>10. Padres e enfermidades crônicas</b>	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
<b>11. Identidade afetivo-sexual dos padres</b>	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
<b>Considerações finais</b>	361
<b>Bibliografia</b>	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

impor 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*