

## Voluntariado e suas razões

### *Volunteerism and its rationale*

Ivan Carlos Ferreira Antonello<sup>1</sup> ✉

<sup>1</sup> Professor Titular da Escola de Medicina da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, RS.

#### RESUMO

Reflexões sobre o voluntariado como atividade de estudantes de medicina, apresentadas por Sapiro e Mattiello nesta edição da Scientia Medica, trazem à tona o pensamento de que quem beneficia tem que entender porque beneficia, que é o que ocorre com adultos. E para o entendimento do que seja o altruísmo, tema familiar à medicina através dos tempos, não basta a leitura do que já foi produzido sobre o assunto, mas é inevitável a exposição à prática do benefício.

Evidências observacionais sugerem que o voluntariado pode beneficiar a saúde mental e a sobrevivência dos indivíduos expostos, embora os mecanismos causais permaneçam desconhecidos. Consequentemente, estudos futuros são necessários e devem esclarecer mais sobre o assunto e enquanto isto não acontece pode-se pensar sobre uma citação: *“If you would like to be selfish, you should do it in a very intelligent way. The stupid way to be selfish is ... seeking happiness for ourselves alone. ... the intelligent way to be selfish is to work for the welfare of others.”* The Dalai Lama.

**DESCRITORES:** trabalho voluntário; voluntariado; felicidade; beneficência; estudantes de medicina.

#### ABSTRACT

The contemplation of volunteerism as activity in medical school, put forward by Sapiro and Mattiello in the present issue of Scientia Medica, brings to light the idea that those who provide benefits have to understand why they do so, as occurs among adults. And to understand selflessness, a topic that has been recurrent in medicine over time, reading about what has already been produced is not enough, since exposure to the practice of concern for the welfare of others is essential.

Observational evidence suggests that volunteerism may be beneficial to the mental health and survival of exposed individuals, even though the causal mechanisms remain unknown. Consequently, further studies are needed to shed more light upon the topic, but while that does not occur, the following quotation gives us some food for thought: *“If you would like to be selfish, you should do it in a very intelligent way. The stupid way to be selfish is ... seeking happiness for ourselves alone. ... the intelligent way to be selfish is to work for the welfare of others.”* The Dalai Lama.

**KEY WORDS:** volunteering; volunteerism; happiness; beneficence; students, medical.

A questão é contemporânea e também antiga: o que nos faz felizes? Filósofos gregos discutiram como as pessoas poderiam ou deveriam alcançar a felicidade. Uma primeira visão enfatizava que ajudar os outros aumentaria a chance de felicidade das pessoas. Outra proposta seria de que as pessoas que perseguiram seus próprios interesses se tornariam felizes [1]. Há virtude nos dois caminhos? A virtude leva à felicidade? O comportamento é natural ou fruto de uma decisão mediada pelo conhecimento? São perguntas que permanecem ecoando pela dificuldade em respondê-las e validá-las para a população.

De acordo com o texto oferecido à leitura por Sapiro e Mattiello [2] nesta edição da Scientia Medica, o voluntariado beneficia a quem oferece e a quem recebe. Mais do que isto, é estratégia para despertar generosidade e beneficência nos médicos em formação, contribuindo para o desenvolvimento da melhor relação entre médico e paciente. Supondo que se desperte apenas o que dorme, a virtude é inata e aqui se trata da criação de cenários para que prospere.

Se for acolhida a ideia de que a felicidade se revela àquele que ajuda, torna-se razoável a oferta de tempo e esforço ao outro. No entanto, a solidariedade

**Recebido:** novembro, 2016

**Aceito:** novembro, 2016

**Publicado:** novembro, 2016

✉ Correspondência: [ivan.antonello@pucrs.br](mailto:ivan.antonello@pucrs.br)



Este artigo está licenciado sob forma de uma licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional, que permite uso irrestrito, distribuição e reprodução em qualquer meio, desde que a publicação original seja corretamente citada. [http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.pt\\_BR](http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.pt_BR)

com o propósito de alcançar a felicidade talvez não seja propriamente uma virtude. Assim, remete ao voluntariado e suas razões: o voluntário pode atuar por diferentes motivos, internos ou externos, e depender deles para maior ou menor satisfação com o que oferece. Para muitos, o benefício do voluntariado é, provavelmente, uma combinação das recompensas pessoais possíveis. Isto faz a ação menos virtuosa?

Talvez a busca de evidências torne um pouco mais simples a discussão sobre o assunto. A literatura científica tem apresentado publicações dos efeitos do voluntariado sobre as pessoas. Revisão sistemática e meta-análise de 2013 [3] e meta-análise de 2016 [4] indicam associação positiva entre o exercício do voluntariado e desfechos de saúde como bem estar mental, bem estar autodeclarado, satisfação, diminuição da depressão e aumento da sobrevida. Há quem postule que os efeitos positivos sobre a saúde podem desaparecer quando o voluntariado é descontinuado [1,5]. A maioria dos estudos termina por examinar o voluntariado em idosos ou pessoas adultas de média idade [4,6]. Estaríamos concluindo que o voluntariado pode ser mais significativo para o bem-estar em alguns momentos do curso da vida? Estudo controlado randomizado conduzido em escola pública urbana do Canadá sugere que adolescentes que evidenciam

comportamentos mais empáticos e altruístas diminuam marcadores inflamatórios, níveis de colesterol e índice de massa corporal [7].

Reflexões sobre o voluntariado como atividade de estudantes de medicina, apresentadas por Sapiro e Mattiello [2], traz à tona o pensamento de que quem beneficia tem que entender porque beneficia, que é o que ocorre com adultos. E para o entendimento do que seja o altruísmo, tema familiar à medicina através dos tempos, não basta a leitura do que já foi produzido sobre o assunto, mas é inevitável a exposição à prática do benefício. Em atividade social reconhecida e organizada, e não somente como campanha ocasional, motivada sabe-se lá por que sentimentos.

Finalmente, evidências observacionais sugerem que o voluntariado pode beneficiar a saúde mental e a sobrevida dos indivíduos expostos, embora os mecanismos causais permaneçam desconhecidos. Consequentemente, estudos futuros são necessários e devem esclarecer mais sobre o assunto e enquanto isto não acontece pode-se pensar sobre uma citação: *“If you would like to be selfish, you should do it in a very intelligent way. The stupid way to be selfish is ... seeking happiness for ourselves alone. ... the intelligent way to be selfish is to work for the welfare of others.”* The Dalai Lama [8].

## REFERÊNCIAS

1. Meier S, Stutzer S. Is Volunteering Rewarding in Itself? *Economica*. 2008;75:35-9.
2. Sapiro A, Mattiello R. Voluntariado: benefício a quem presta e a quem recebe. *Sci Med*. 2016;26(4):ID25631. <http://dx.doi.org/10.15448/1980-6108.2016.4.25631>
3. Jenkinson CE, Dickens AP, Jones K, Thompson-Coon J, Taylor RS, Rogers M, Bambra CL, Lang I, Richards SH. Is volunteering a public health intervention? A systematic review and meta-analysis of the health and survival of volunteers. *BMC Public Health*. 2013;13:773. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-773>
4. Tabassum F, Mohan J, Smith P. Association of volunteering with mental well-being: a lifecourse analysis of a national population-based longitudinal study in the UK. *BMJ Open*. 2016;6:e011327. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2016-011327>
5. Li YP, Chen YM, Chen CH. Volunteer transition and physical and psychological health among older adults in Taiwan. *J Gerontol G Psychol Sci Soc Sci*. 2013;68:997-1008. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbt098>
6. Musick MA, Herzog AR, House JS. Volunteering and mortality among older adults: findings from a national sample. *J Gerontol G Psychol Sci Soc Sci*. 1999;54:S173-80. <https://doi.org/10.1093/geronb/54B.3.S173>
7. Schreier HMC, Schonert-Reichl KA, Che E. Effect of volunteering on risk factors for cardiovascular disease in adolescents. *JAMA Pediatr*. 2013;167(4):327-32. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2013.1100>
8. Meier S, Stutzer A. Is volunteering rewarding in itself? IZA Discussion Paper n° 1045, march 2004. [Internet]. [Cited November 2016]. Available from: <http://ftp.iza.org/dp1045.pdf> 