

EXPERIÊNCIAS DE LUTO VIVENCIADAS PELO IDOSO DURANTE O PROCESSO DE ENVELHECIMENTO

Jessica Cavalcanti Ferreira ¹
Josilene Cavalcante Areias de Almeida ²
Amizael do Nascimento Mendes ³
Ludwig Félix Machado Leal (orientador) ⁴

RESUMO

O envelhecimento populacional é um fenômeno presente em diversos países do mundo. Até 2020, segundo estimativas do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE (2017), serão mais de 53 milhões de pessoas com 50 anos ou mais, quase o dobro se compararmos com o censo do IBGE no ano 2000, quando o número era pouco maior que 26 milhões. A expectativa de vida dos brasileiros em 2019 era, em média, de 76,50 anos, um crescimento de mais de 10% se comparado com os números do ano 2000, quando a expectativa de vida não passava dos 70 anos. Essa realidade exige um olhar cada vez mais voltado para as especificidades do desenvolvimento humano, em especial, para o envelhecimento e suas particularidades. Este artigo se trata de um relato de experiência de uma intervenção realizada com pessoas idosas com o objetivo de identificar quais experiências de luto são vivenciadas durante o processo de envelhecimento por idosos em situação de acolhimento institucional. Este estudo teve como base a teoria do luto de Kübler-Ross que aponta cinco estágios de luto: negação; raiva; barganha; depressão e, por fim, aceitação. Trata-se de uma pesquisa-ação de abordagem qualitativa. Foi realizada uma intervenção em grupo com idosos em situação de acolhimento institucional na qual foram utilizadas a observação participante e a entrevista semiestruturada como principais instrumentos para coleta de dados. A análise de conteúdo dos dados gerou como resultado duas categorias: Categoria 1: O que é o luto. Categoria 2. O luto quanto às perdas iminentes no envelhecimento. Com isso, destaca-se o caráter progressivo e de intensidade das experiências de luto segundo a subjetividade de cada sujeito.

Palavras-chave: Envelhecimento, Luto, Perdas, Instituição, Idoso.

¹ Graduanda do Curso de Psicologia da UNIFACISA - PB, jessicacavalcante1908@gmail.com;

² Graduanda do Curso de Psicologia da UNIFACISA - PB, josilene.almeida@maisunifacisa.com.br

³ Graduando do curso de Enfermagem na Universidade do Norte do Paraná - UNOPAR, amizaellmendes12@gmail.com;

⁴ Prof. Orientador Doutorando em Psicologia Social - UFPB, Professor do Curso de Psicologia na UNIFACISA -PB, ludwig.leal@maisunifacisa.com.br.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é um fenômeno mundial. Até 2020, segundo estimativas do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE (2017), a previsão era de mais de 53 milhões de pessoas com 50 anos ou mais, quase o dobro se compararmos com o censo do IBGE no ano 2000, quando o número era pouco maior que 26 milhões. A expectativa de vida dos brasileiros em 2019 era, em média, de 76,50 anos, um crescimento de mais de 10% se comparado com os números do ano 2000. Essa realidade exige um olhar cada vez mais voltado para as especificidades do desenvolvimento humano, em especial, para o envelhecimento e suas particularidades.

Nos primeiros 60 anos do século XX, a psicologia assumiu que os anos da velhice tratavam-se apenas de uma fase de declínios. O desenvolvimento para a psicologia, era orientado à produtividade, à autonomia física e cognitiva que são características do adulto (NERI, 2006). As discussões sobre o tema, sensibilizaram alguns estudiosos interessados na velhice e na plasticidade do cérebro, buscando entender o desempenho cognitivo em adultos e idosos (BALTES, 2000). É neste contexto que nasce a psicologia do envelhecimento, com a perspectiva de compreender o desenvolvimento ao longo de toda a vida, apoiada no paradigma *lifespan* (LERNER; DOWLING; ROTH, 2003).

Colaborando com este pensamento, a teoria SOC (seleção, otimização e compensação) aborda o desenvolvimento em seu processo como um todo e descreve como os indivíduos podem manejar as mudanças nas condições biológicas, psicológicas e sociais em sua trajetória. De acordo com Baltes (2000), este processo de manejo reflete na plasticidade comportamental, tendo como principal objetivo a alocação de recursos internos e externos para maximizar ganhos e minimizar perdas em todas as idades.

Para Parkes (1998) é possível vivenciar o luto por meio de outras perdas: papéis sociais, ocupações, relacionamentos, aposentadoria, bens materiais, imagem pessoal, funções corporais, cognitivas, si mesmo/identidade, a própria vida, lar, planos e expectativas de futuro, mudanças em geral, etc, deste modo, o luto, diferente de outros sofrimentos, se dá a partir de uma perda ou da ameaça a uma perda (BARRAL, 2020).

Embora a morte e a perda sejam experiências universais, seu contexto é cultural, histórico, social, religioso, psicológico, clínico, ético e de desenvolvimento que, com frequência, estão intimamente interligados. Os hábitos que envolvem a morte e o luto mudam

de uma cultura para outra e são influenciados pela visão que uma sociedade tem da natureza e das consequências da morte (PAPALIA, 2013).

A teoria de Kübler-Ross aponta cinco estágios perante a morte: negação, raiva, barganha, depressão e aceitação: (1) negação (“Isso não pode estar acontecendo comigo!”); (2) raiva (“Por que eu?”); (3) barganhar por um tempo extra (“Se eu tivesse feito diferente, isso não teria acontecido”); (4) depressão; e por fim (5) aceitação. Ela também propôs uma progressão semelhante nos sentimentos de pessoas que estão diante de uma perda iminente (KUBLER - ROSS, 1975).

Semelhantemente, pessoas que estão diante de perdas iminentes como as citadas por Parkes (1998), enfrentam progressivamente em seus sentimentos esses estágios, mas não necessariamente nesta ordem, pois a perda, assim como o morrer, é uma experiência altamente pessoal.

Com base nisso, esta pesquisa busca identificar quais experiências de luto são vivenciadas por idosos em situação de institucionalização durante o processo de envelhecimento, além disso, pode-se destacar como objetivos específicos, evidenciar as mais variadas experiências de perdas vivenciadas pelo idoso durante o envelhecer, apoiar na desconstrução da perspectiva de luto limitada apenas à morte em si, e por fim, contribuir com a literatura já existente no âmbito do processo do envelhecimento.

METODOLOGIA

O presente estudo trata de um relato de experiência, cujo caráter é qualitativo, em que a entrevista semiestruturada foi o principal instrumento para coleta de dados da qual participamos de forma integrativa junto aos entrevistados. Um instrumento facilitador na relação entre entrevistador e entrevistados para o alcance dos subsídios almejados. A entrevista, de acordo com as ideias expressas por Lüdke e André (2018), é um dos principais instrumentos para a coleta dos dados em diferentes tipos de pesquisa científica. Essas autoras consideram que a entrevista possibilita a obtenção rápida das informações desejadas, além de permitir esclarecimentos, complementos e correções sobre a questão em estudo.

Nesta pesquisa foram entrevistados 9 participantes, 02 homens e 07 mulheres com idade entre 50 e 85 anos. Todos estes residentes de uma IPLI (instituição de longa permanência para idosos). A entrevista foi previamente formulada com questões para obtenção máxima da participação dos idosos. Os entrevistados participaram livremente

expondo suas compreensões quanto ao tema. Numa dinâmica e interativa roda de conversa, dividiu-se em momentos a intervenção planejada.

No primeiro momento realizou-se o acolhimento e a retomada dos encontros anteriores com os entrevistados, com a finalidade de promover a interação e anseio para o tema atual proposto. Em seguida, os participantes foram informados sobre as regras que conduziram a discussão, encorajando os entrevistados a participar de maneira espontânea e atenta. A facilitadora explicou aos idosos que o tema a ser discutido poderia causar desconforto, e caso estes não se sentissem à vontade para participar do momento, poderiam ausentar-se se achasse assim necessário. A proposta era dialogar sobre as experiências de luto que os participantes atravessaram em suas vidas, todos de forma unânime concordaram em tratar sobre o tema apresentado.

Diante desta compreensão a mediadora da roda de conversa usou de uma dinâmica, cujo objetivo era aguçar a curiosidade dos idosos quanto a um artefato que estava dentro de uma sacola, a qual eles poderiam por meio do tato perceber o objeto e tentar adivinhar que item seria este tão misterioso. Um momento de interação divertida para os idosos, que ao final descobriram o que tinham ali guardado: um chapéu que seria usado como instrumento para indicar o participante escolhido para compartilhar as experiências de acordo com as perguntas previamente elaboradas na seguinte ordem: 1) O que é o luto para você? 2) O que você perde durante o processo de envelhecimento? 3) Essas perdas impactaram o seu dia a dia? Como? 4) Em sua opinião, qual o sentimento que melhor descreve o luto? e 5) Vocês acham que tem dor que a gente sente que é igual a dor do luto? Deste modo, eles puderam discorrer sobre o tema respondendo à pergunta que lhe fora feita.

As questões foram registradas por um relator que, atento às falas, as expressões e a postura de cada participante buscou não perder os detalhes significativos quanto aos dados para esse estudo. A roda de conversa durou uma hora e quarenta minutos e todos os membros permaneceram ativamente presentes, e manifestaram bem-estar diante dos fatos relatados, ancorados sob o manejo e orientação da facilitadora atenta aos aspectos éticos da pesquisa e a possibilidade repentina de alguma emergência emocional. Uma roda de conversa dinâmica em que os idosos não demonstraram reações emotivas com necessidade de amparo de outros profissionais mediante o tema proposto ainda que este tenha promovido identificação e evocação de suas memórias afetivas dos participantes.

Utilizou-se a análise de dados, segundo Bardin (2011), desenvolvendo a análise de conteúdo nas seguintes fases: a) organização da análise; b) codificação; c) categorização, que geraram a Categoria 1: O que é o luto. Categoria 2: O luto quanto às perdas iminentes no envelhecimento. Agrupando segundo o campo dado sentido, significação, validando assim o padrão da análise do processo científico deste trabalho. Possibilitando assim o tratamento dos resultados realizando a interpretação dos mesmos, mapeando os aspectos elencados e expressos por cada um dos idosos.

RESULTADOS

Segundo a análise dos dados obtidos na entrevista tendo por base as experiências de luto associadas às perdas durante o envelhecimento segundo os relatos registrados foram construídas duas categorias inerentes ao objeto de estudo. Os idosos em seu espaço de fala construíram significativamente o sentido do luto quanto à perda vivenciada durante o envelhecimento e os sentimentos associados a estas perdas. Os idosos entrevistados, sendo moradores de uma instituição de longa permanência, tendo em média nove anos de residência local, constituíram em sua maioria o sentido do perdas quanto luto relacionando-o a uma demanda de sentimentos em suas vidas, de modo que estes podem ser passageiros ou contínuos a depender do manejo de cada idoso enquanto sujeito em sua individualidade. Observa-se que, por questões de ética, sigilo e privacidade dos participantes, foram usados nomes fictícios nos registros da entrevista. Segue abaixo as categorias elencadas:

1. O QUE É O LUTO

Nessa categoria foram agrupadas as definições de luto segundo o relato e experiência de cada idoso. Os idosos de maneira peculiar atribuíram aos seus relatos suas memórias afetivas de modo que estes associaram o luto imediatamente a perda de pessoas afetivamente quistas ao longo de suas vidas.

“(...) Quando morre uma pessoa, um pai, um irmão, um avô...não tenho família mais e por isso estou aqui. A família que eu tenho é quem tá aqui (...)” (Rita)

“(...)Algo escuro na nossa vida, a gente acorda vê o sol brilhando e quando vem o luto a gente vê escuridão. Acho que o luto também é perda de amigo, perdi um tive muito sofrimento (...)” (Fátima)

“(...)Perdi um filho num acidente de moto e para mim carregou uma parte de mim. Passei quinze dias no cemitério esperando ver o corpo quente, as pessoas no cemitério que me disseram que ele não voltava mais não, sofri demais. Como descrever esse sentimento: Eu não sei se estava viva ou estava morta, é um bocado triste. Tive seis filhos e perdi ele (...)” (Carol)

“(...)Uma sequência do destino, que no mundo que para mim é tristeza, uma vingança sem fim, todo mundo é obrigado a passar por esse momento de aflição. (...) O luto sempre vai existir e a gente precisa se qualificar, porque morre um aqui outro em São Paulo.” (Rosa)

“(...)O luto dói muito né? É sofrimento. Quando perdi meu pai, eu perdi muito, foi muito ruim, porque no canto que eu podia ir num posso mais, sofri muito. Para onde eu ia com minha mãe num fui mais.” (Tânia)

Os idosos relacionam de forma direta a definição de luto quanto a finitude da vida, associando essa definição à compreensão do luto ao devido respeito direcionado a um ente falecido e/ou à família do mesmo, sendo o luto representado nos relatos pelo uso da vestimenta de cor preta por determinado tempo.

2. O LUTO QUANTO ÀS PERDAS INERENTES AO ENVELHECIMENTO

Nesta categoria os idosos confirmaram os sentimentos gerados a partir das vivências de perda durante o envelhecimento, que para eles são perdas que geram sentimento igual ou semelhante a dor do luto relacionada a finitude de vida. Observa-se o abandono familiar percebidos de forma enfática nos relatos dos idosos. Um luto vivenciado no processo de envelhecimento de suas vidas atravessado peculiarmente pela condição de institucionalização que os entrevistados vivenciam.

“Sim, eu mesmo num sabia que ia parar aqui. Num sabia que ia ficar mais velho e ia ficar aqui. Aqui tem gente boa, num tô dizendo que é ruim, mas perdi as pessoas, os amigos, e ninguém vem aqui.”. (Ruy)

“Pra mim a expectativa, ficar esperando, sem notícias isso dói, isso é ruim pra cabeça.” (Carlos)

“Fica sozinho sem notícia de ninguém e ninguém saber de você porque não quer saber; simplesmente coloca eu aqui e pronto. Fim de papo.” (Zilda)

“Pra mim a decepção, hoje eu não tenho filho, tá tudo vivo, mas pra mim eu não tenho filho.” (Alana)

“Não tomar conta da minha casa sabe, num tá com meus filhos, não ter mais meu filho que morreu.” (Pedro)

“Num sei...acho que fica aqui dentro sem notícia é igual a dor de alguém que morreu, é a mesma dor.” (Lais)

“a espera da família é igual a esse luto que gente fala”(Sandro)

Quando questionados sobre os sentimentos que se assemelham à dor do luto, os idosos começaram a associar o abandono familiar e a frustração de não poder retomar uma vida de autonomia junto de pessoas queridas a luto semelhante configurado a finitude de vida. Uma vivência contínua da resiliência em sua subjetividade e quanto grupo etário residentes na instituição. E mesmo diante de perdas relacionadas às doenças crônicas próprias da fase do envelhecimento, estes reconheceram que os sentimentos gerados pelas perdas causadas pelo abandono familiar se tornam maiores do que as perdas inerentes ao envelhecer.

DISCUSSÃO

Conforme mencionados neste estudo Parkes (1998) e Barral (2020) é possível vivenciar o luto por meio de outras perdas: papéis sociais, ocupações, relacionamentos, aposentadoria, bens materiais, imagem pessoal, funções corporais, cognitivas, si mesmo/identidade, a própria vida, lar, planos e expectativas de futuro, mudanças em geral, etc, deste modo, o luto, diferente de outros sofrimentos, se dá a partir de uma perda ou da ameaça a uma perda.

Ao observarmos os relatos acima, inicialmente podemos perceber a relação direta que se faz do luto e a finitude de vida e/ou a perda de um parente, alguém querido. Posteriormente, fica evidente a presença do sentimento de luto que pôde ser vivenciado por meio de algumas das perdas mencionadas por estes autores. Através dos aspectos citados nos relatos é possível perceber as seguintes experiências que de acordo com a descrição dos entrevistados, podem se caracterizar tal qual a vivência de luto:

1. Processo de institucionalização;
2. Quebra dos relacionamentos familiares;
3. Falta de notícias;
4. Frustração das promessas não cumpridas.

Estes aspectos estão presentes na teoria de Parkes (1998) e Barral (2020) e podem apresentar características de abandono. Deste modo, podemos dizer que para estes idosos, vivenciar esses sentimentos os leva a ter emoções similares a perda de alguém amado, ou seja, o luto em si.

Sabbadini (2019) observa em seu estudo que o luto não é necessariamente a presença de morte de um sujeito. A própria entrada nas instituições de longa permanência acarreta uma série de perdas que precisam de elaboração e acompanhamento, como o rompimento de vínculos com familiares, perda da casa e de objetos, perda da autonomia, entre outras.

Concordando com este pensamento Peralta et al. (2021) foi verificado que a institucionalização acentua, com frequência, as perdas vivenciadas durante a história de vida individual, resultando no isolamento social e o desinvestimento de si mesmo na forma de um luto antecipatório pela própria finitude.

De acordo com o estudo de Martins et al. (2019) os idosos que estão em situação de institucionalização, vivenciam o luto ao experienciar os declínios físicos, cognitivos e sociais, além disso, mencionam a falta da assistência familiar como um fator agravante para sua condição, e apontam ainda sentem sofrimento físico, psíquico e sentimentos de invalidez.

Um ponto relevante evidenciado por Moraes et al. (2019) é que há diferenças entre o luto de si mesmo pela velhice e por abandono, mas observa-se semelhanças nas reações emocionais entre essas perdas.

Carvalho (2019) afirma que entre um dos principais fatores que podem levar ao suicídio da pessoa idosa estão as perdas, modificação no status social e exclusão do mercado de trabalho ou do convívio social/familiar. Neste mesmo estudo, o autor destaca que neste contexto, a pessoa idosa pode ficar ainda mais vulnerável a sentimentos negativos como baixa autoestima e fragilidade do corpo, que podem desencadear transtornos psicológicos novos ou potencializar os já existentes.

Por isso, faz-se cada vez mais necessário a atuação de uma equipe multidisciplinar nessas instituições, destacando neste trabalho, a importância da ação da psicologia. De acordo Marcolino (2019) as intervenções psicológicas podem além de outros aspectos, trabalhar funções cognitivas, desenvolvimento psicossocial e potencialização das habilidades dos

idosos, auxiliando-os a vivenciar o processo de envelhecimento de maneira autônoma, em um processo participativo com o existir.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo reafirmou a percepção da prática da segregação existente em nossa sociedade que coloca o em um lugar de inutilidade e abandono, nesta fase tão importante da vida humana, agravado-se os casos onde há presença de algum tipo de adoecer mental, como foi o caso dos idosos entrevistados neste estudo. Além disso, fica evidente a presença do sentimento de luto podendo ser vivenciado por meio de algumas experiências particulares ao processo de institucionalização como quebra dos relacionamentos familiares, falta de notícias, frustrações das promessas não cumpridas.

Os resultados apresentados podem proporcionar conhecimento aos profissionais que lidam com este público para auxiliar estes indivíduos no processo de manejo das mudanças que ocorreram ao longo do seu desenvolvimento, colaborando para um envelhecimento ativo e consciente de suas perdas e ganhos, de maneira específica com aqueles que atuam com idosos em situação de institucionalização, destacando a importância da atuação de profissionais da psicologia nesses ambientes, devido ao fato dos idosos lidarem com o tema do luto em vivências não apenas relacionadas à morte, mas perdas. Cabe ao psicólogo auxiliar neste processo de perdas e ganhos que acontecem durante a vida, e encorajando - os a vivenciar uma velhice autônoma.

REFERÊNCIAS

BALTES, P. B. Autobiographical reflections: From developmental methodology and lifespan psychology to gerontology. Em J. E. Birren & J. F. Schroots (Eds.), *A history of geropsychology in autobiography* (pp.1-6). Washington, DC: American Psychological Association. 2000.

BAPTISTA, C. R. et al. *Inclusão e escolarização: múltiplas perspectivas*. 2 ed. Porto Alegre: Mediação, 2015.

BARRAL, Manuela Cendon et al. *Envelhecimento e luto: uma visão compreensiva sobre as perdas no processo de envelhecimento*. 2020.

BRASIL. Conselho Nacional da Educação. Câmara de Educação Básica. Resolução nº 2, de 11 de setembro de 2001. Diretrizes Nacionais para Educação Especial na Educação Básica. Diário Oficial da União, Brasília, 14 de setembro de 2001. Seção IE, p. 39-40. Disponível em: < <http://portal.mec.gov.br/cne/arquivos/pdf/CEB0201.pdf>>. Acesso em: 06 fev. 2020.

DE CARVALHO SOUSA, R. M. A.; MENDES, G. S.; DA COSTA CARNEIRO, G. F.; DE OLIVEIRA, G. A. L.; DE ALMEIDA, M. R. G. O processo de envelhecimento e sua relação com o suicídio na pessoa idosa: uma revisão bibliográfica. In Congresso Brasileiro de Assistentes Sociais 2019 (Vol. 16, No. 1).

DE OLIVEIRA, GUILHERME SARAMAGO et al. Grupo Focal: uma técnica de coleta de dados numa investigação qualitativa. *Cadernos da FUCAMP*, v. 19, n. 41, 2020.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA - IBGE (2017). *Anuário Estatístico do Brasil*, 77, 1- 47.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA - IBGE (2017). *Classificação e caracterização dos espaços rurais e urbanos do Brasil: uma primeira*. IBGE. Recuperado de <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv100643.pdf>

———. *Projeção da população do Brasil para o período 1980 – 2020*. Rio de Janeiro: IBGE-DEPIS, 1997, Mimeo

LERNER, R. L.; DOWLING, E.,; ROTH, S. L. Contributions of Lifespan Psychology to the future elaboration of developmental systems theory. Em U. M. Staudinger & U. Linderberger (Eds.). Understanding human development. Dialogues with Lifespan Psychology (pp. 413-422), 2003.

MORAIS, J. L. M., DA SILVA OLIVEIRA, G., GURGEL, L. A., MOURA, G. A. P., & ROCHA, N. M. F. D. Lágrimas de solidão: similitudes reacionais no luto por perdas e abandono na velhice. **Revista Kairós-Gerontologia**, v. 22, n. 3, p. 467-491, 2019.

MROCZEK, DANIEL K.; SPIRO, AVRON. Change in life satisfaction during adulthood: findings from the veterans affairs normative aging study. **Journal of personality and social psychology**, v. 88, n. 1, p. 189, 2005.

NERI, ANITA LIBERALESSO. O legado de Paul B. Baltes à Psicologia do Desenvolvimento e do Envelhecimento. **Temas em psicologia**, v. 14, n. 1, p. 17-34, 2006.

PAPALIA, DIANE E.; OLDS, SALLY WENDKOS.; FELDMAN, RUTH DUSKIN. **Desenvolvimento humano**. Porto Alegre: Artmed, 2013.

PARKES, C. M. **Luto: estudos sobre a perda na vida adulta**. Tradução: Maria Helena Pereira Franco Bromberg. São Paulo: Summus, 1998.

SABBADINI, A. Mortes na vida e vidas na morte: análise de vivências de perdas e lutos em idosos residentes em asilo, 2019.

SIEGLER, Mark. Recollections of Dr. Elisabeth Kübler-Ross at the University of Chicago (1965–70). *The American Journal of Bioethics*, v. 19, n. 12, p. 1-2, 2019.