



University of
Texas Libraries



e-revist@s



Centro Unversitário Santo Agostinho

revistafsa

www4.fsnet.com.br/revista

Rev. FSA, Teresina, v. 21, n. 9, art. 10, p. 183-196, set. 2024

ISSN Impresso: 1806-6356 ISSN Eletrônico: 2317-2983

<http://dx.doi.org/10.12819/2024.21.9.10>

DOAJ DIRECTORY OF
OPEN ACCESS
JOURNALS

WZB
Wissenschaftszentrum Berlin
für Sozialforschung



Zeitschriftendatenbank



MIAR



Diadorim

Interferência das Relações Afetivas no Processo de Luto da Pessoa Idosa

Affective Relationships Interference in the Grief Process of Elderly People

Sávio Coelho Peixoto

Especialista em Gerontologia e Saúde Mental pela Universidade Cândido Mendes

Graduação em Psicologia pelo Centro Universitário São José de Itaperuna

E-mail: peixotonyrio@gmail.com

Horácio dos Santos Ribeiro Pires

Doutorado em Estudos Literários na área de Literatura Comparada pela Universidade Federal Fluminense

Mestre em Cognição e Linguagem pela Universidade Estadual do Norte Fluminense Darcy Ribeiro

Professor do Ensino Básico, Técnico e Tecnológico pela IFFluminense *Campus Bom Jesus do Itabapoana*

E-mail: hsrcpires@gmail.com

Endereço: Sávio Coelho Peixoto

Travessa Nosso Senhor dos Passos, 89 – Hospital,
Miracema/RJ, CEP.: 28460-000, Brasil.

Endereço: Horácio dos Santos Ribeiro Pires

Av. Governador Roberto Silveira, 139 apto 106 – Centro,
Bom Jesus do Itabapoana/RJ, CEP.: 28360-000, Brasil

Editor-Chefe: Dr. Tonny Kerley de Alencar Rodrigues

Artigo recebido em 23/07/2024. Última versão recebida em 13/08/2024. Aprovado em 14/08/2024.

Avaliado pelo sistema Triple Review: a) Desk Review pelo Editor-Chefe; e b) Double Blind Review (avaliação cega por dois avaliadores da área).

Revisão: Gramatical, Normativa e de Formatação



RESUMO

O envelhecer é inerente ao ser humano e com o envelhecimento as pessoas vão passando por perdas significativas, entre elas: biológicas, cognitivas, psíquicas, sociais e a morte de entes queridos e amigos próximos. Esse processo de morte leva ao luto, um processo que, ainda nos dias de hoje, é considerado um tabu difícil de ser abordado. Diante disso, tem-se, com o presente estudo, o objetivo de ampliar conhecimento sobre a interferência das relações afetivas no processo de luto da pessoa idosa. O tema mostra-se relevante, tendo em vista que a morte de um parente ou cônjuge ou a ideia da própria morte pode provocar, no idoso, um grande impacto, com repercussões físicas e emocionais. De modo geral, as pessoas envolvidas com o luto do idoso encontram dificuldades em lidar com esse processo. Sendo assim, é necessário que estudos e pesquisas sejam realizados no sentido de verbalizar os sentimentos que envolvem o luto e a interferência das relações afetivas neste processo. Nesse contexto, cabe ao profissional de psicologia a função de lidar com as relações afetivas que envolvem as perdas simbólicas e até imaginárias do idoso. Com o estudo, realizado por meio de revisão de literatura, concluiu-se que o processo de luto da pessoa idosa é lento e parcial, principalmente, quando a morte ocorre de forma abrupta e, sendo assim, é preciso que estes sejam encorajados a expressar seu pesar e a superar suas fixações e bloqueios.

Palavras-chave: Luto. Morte. Afetividade. Idoso.

ABSTRACT

Aging is inherent to human beings and with aging people experience significant losses, including: biological, cognitive, psychological, social and the death of loved ones and close friends. This process of death leads to mourning, which is a process that, even today, is considered a taboo that is difficult to address. In view of this, the present study aims to expand knowledge about the interference of affective relationships in the grieving process of elderly people. The topic is relevant, considering that the death of a relative or spouse or the idea of one's own death can have a major impact on the elderly, with physical and emotional repercussions. In general, people involved in the mourning of elderly people find it difficult to deal with this process. Therefore, it is necessary that studies and research be carried out in order to verbalize the feelings that involve grief and the interference of affective relationships in this process. In this context, it is up to the psychology professional to deal with the emotional relationships that involve the symbolic and even imaginary losses of the elderly. With the study, carried out through a literature review, it was concluded that the grieving process of elderly people is slow and partial, especially when death occurs abruptly and, therefore, it is necessary that they are encouraged to express your grief and to overcome your fixations and blocks.

Keywords: Grief. Death. Affectivity. Elderly.

1 INTRODUÇÃO

A morte é um tema delicado e complexo de ser abordado em qualquer fase da vida, mas, na velhice, essa questão adquire uma dimensão maior e diferenciada devido às peculiaridades inerentes ao envelhecimento, o qual traz consigo uma série de transformações físicas, emocionais e sociais que podem intensificar a experiência do luto. Além de ser um tema sensível, a morte desperta muita curiosidade e interesse, o que a torna um objeto frequente de estudo nas ciências sociais e da saúde (PARKES, 2008).

A relevância do estudo sobre o luto na velhice é evidente, pois a sensação de perda é um sentimento universal que todos, inevitavelmente, experimentarão em algum momento da vida. O luto é um processo emocional complexo, que surge de forma repentina e, frequentemente, surpreendente, deixando as pessoas despreparadas para lidar com suas consequências emocionais e afetivas (BALLONE, 2006). Este despreparo é ainda mais pronunciado na velhice, quando a rede de apoio social pode ser mais restrita e as capacidades de resiliência emocional podem estar diminuídas.

A preparação fisiológica e emocional para a perda é algo raro, salvo em algumas culturas onde a morte é encarada de maneira mais natural e integrada ao ciclo da vida. Na maioria das sociedades ocidentais, a morte é frequentemente vista como um evento a ser temido e evitado, o que contribui para a dificuldade em lidar com o luto. Portanto, ampliar o conhecimento sobre as interferências das relações afetivas no processo de luto da pessoa idosa é crucial. O luto não é apenas um sentimento isolado, mas um conjunto de emoções complexas que demandam tempo e espaço para serem processadas (REZENDE, 2010).

Apesar das diferenças individuais, o processo de luto e os sentimentos a ele associados são bastante semelhantes entre as pessoas. A tristeza é o sentimento mais comumente experimentado após a perda de alguém com quem se tinha um vínculo afetivo significativo (PARKES, 1998). No contexto da velhice, esse sentimento pode ser exacerbado pelas perdas acumuladas ao longo da vida, como a perda de amigos, cônjuges e até mesmo de capacidades físicas e mentais.

O presente estudo busca analisar a interferência das relações afetivas no processo de luto da pessoa idosa, reconhecendo que essa é uma etapa da vida que demanda cuidados especiais. Durante o luto, é essencial que os idosos sejam encorajados a expressar seus sentimentos de pesar e a superar as fixações e bloqueios emocionais que podem surgir desse processo (PARKES, 2008). A expressão emocional aberta e o suporte afetivo são fundamentais para a saúde mental e o bem-estar dos idosos em luto.

Optou-se por realizar um estudo de cunho bibliográfico, visando compreender melhor como as relações afetivas influenciam o processo de luto na velhice. A pesquisa bibliográfica permite uma análise aprofundada dos estudos existentes sobre o tema, proporcionando uma base sólida para a compreensão das complexidades envolvidas no luto dos idosos. Esta abordagem é particularmente útil para identificar padrões comuns e destacar áreas que necessitam de maior atenção e pesquisa.

Em resumo, compreender o luto na velhice é de extrema importância para oferecer suporte adequado aos idosos que enfrentam a perda de entes queridos. Reconhecer a singularidade dessa fase da vida e as necessidades emocionais específicas dos idosos em luto é essencial para promover uma abordagem mais humana e compreensiva. Ao focar nas relações afetivas e no impacto destas no processo de luto, este estudo pretende contribuir para uma maior valorização e entendimento das experiências de luto na velhice, incentivando práticas de cuidado que respeitem e acolham as emoções dos idosos enlutados.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Do Processo de Luto

Freud¹ (1915), em seus estudos, trabalhou muito sobre o luto e a melancolia. Em uma de suas obras, o “pai da Psicanálise” (grifo do autor), afirma que luto é “[...] a reação à perda de um ente querido, à perda de alguma abstração que ocupou o lugar de um ente querido, como o país, a liberdade ou o ideal de alguém, e assim por diante” (FREUD, 1915, 2006, p. 172).

Ballone (2006), em análise aos estudos de Freud, leciona que o luto é um processo natural e, de modo geral, é superado após algum tempo e este não deve ser submetido a interferências.

Em seus estudos, Freud (1923 apud PARKES, 2008) deixa claro que uma vez que a realidade começa a mostrar para a pessoa que o objeto amado já não mais existe, exige-se que o investimento libidinal seja retirado daquele objeto. Todavia, desinvestir no objeto amado é

¹Sigmund Freud foi considerado o maior nome da psicanálise de todos os tempos, devido à revolução de seus estudos sobre a mente humana. Este se formou em medicina e se especializou no tratamento de doentes mentais, criando uma nova teoria. Teoria esta que estabelecia que “[...] as pessoas que ficavam com a mente doente eram aquelas que não colocavam seus sentimentos para fora. Segundo Freud, este tipo de pessoa tinha a capacidade de fechar de tal maneira esses sentimentos dentro de sua mente, que, após algum tempo, esqueciam-se da existência” (FREUD, 1915, p. 170).

um fato que implica resistência e tempo. Esse desinvestimento irá acontecer de modo gradual em favor da realidade.

Segundo Freud (1915), é gasto um tempo e energia libidinal até que o luto seja elaborado, sustentando a existência do objeto perdido. Dessa forma, “[...] cada uma das lembranças e expectativas isoladas através das quais a libido está vinculada ao objeto é evocada e hiperinvestida, e o desligamento da libido se realiza em relação a cada uma delas” (FREUD, 1915, p. 250).

Pelos posicionamentos apresentados, poder-se-ia dizer que, para Freud, o luto se constitui de um processo gradual e penoso, no entanto ele é necessário para que o ego se torne, novamente, livre e desinibido para que a pessoa possa fazer novos investimentos.

De acordo com posicionamento de Castilho e Bastos (2013):

A perda de alguém amado requer um trabalho de luto específico, voltado para aquele objeto, a fim de que - ao invés da inibição, da depressão, da inércia psíquica - a experiência de análise possa contar com os recursos da estrutura, diante da contingência da perda de alguém ou algo intensamente investido (CASTILHO; BASTOS, 2013, p. 89).

Além disso, “[...] a estrutura e experiência são dimensões articuladas” (CASTILHO; BASTOS, 2013, p. 90). Sendo assim, cada perda significativa, demanda um trabalho de luto que, ao final, torna possível para o sujeito a reabertura das vias de desejantes.

Luto é definido por Parkes (2008) como

[...] como um conjunto de reações diante de uma perda, portanto algo a não ser desprezado, e sim, devidamente valorizado e acompanhado, como parte da saúde emocional. O luto é afinal o acontecimento vital mais grave que a maior parte de nós pode experimentar (PARKES, 2008, p. 22).

Inquestionável entender que a dor é tanto parte da vida quanto a alegria de viver. A dor é o preço que é pago pelo amor, pelo compromisso. Nesse sentido, vale dizer que o luto “não é um conjunto de sintomas que tem início após uma perda e depois gradualmente se desvanece. Envolve uma sucessão de quadros clínicos que se mesclam e se substituem” (PARKES, 2008, p. 23).

Sendo assim, poder-se-ia conceituar luto como: “[...] um processo de aperceber-se, de tornar real o fato da perda” (PARKES, 1998, p. 199). O luto é, portanto, uma fase em que os sentimentos decorrentes da perda são expressos. É uma fase demonstrada por choque, desejo, desorganização e organização. O luto é a fase em que se deve aprender que a morte é

real e que se começa a estabelecer novas concepções sobre o mundo, favorecendo, dessa forma, novos investimentos pessoais.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

3.1 As Repercussões do Luto no Idoso

No idoso, o luto pode representar um processo de grande impacto, tendo em vista que este já traz consigo perdas pessoais e sociais decorrentes da velhice por ser esta uma fase da vida que é estigmatizada como fase de invalidez e de condescendência. Sendo assim, é preciso considerar um trabalho emocional da perda e de aspectos afetivos, principalmente, se o luto for decorrente da morte do cônjuge ou de um filho (BALLONE, 2006).

No entanto, os ritos de morte e o luto do idoso, apesar de importantes para o psiquismo, têm sido desconsiderados ou realizados com muita rapidez, o que se mostra contraproducente, tendo em vista que “para que a morte de um ente querido não assuma formas obsessivas no inconsciente, é necessário ritualizar essa passagem” (REZENDE, 2010, p. 24).

Essa desconsideração formal, segundo Parkes (1998), ocorre tanto por parte da sociedade quanto no próprio seio da família. Este fato faz com que haja uma mudança de postura do meio acadêmico. É preciso trazer para o centro da discussão o tema do luto do idoso para que, só então, se efetivem os cuidados ao enlutado. Estas discussões fazem-se necessárias, pois o idoso tem sido desconsiderado em suas múltiplas necessidades, em especial, as emocionais.

É preciso que durante o processo de luto do idoso sejam avaliados os tipos de ajuda que este necessita. Deve-se permitir a ritualidade do processo, que se diferencia entre culturas e pessoas. Sendo assim, não se pode querer estipular um padrão de comportamento. O que pode e deve ser feito é trabalhar, durante esse processo, os aspectos afetivos e emocionais do idoso e dar-lhe o tempo necessário para que o ego se torne, novamente, livre e desinibido (FREUD, 1915; BALLONE, 2006).

Em suma, o luto é um processo complexo e multifacetado, especialmente na velhice, quando as perdas acumuladas e o isolamento social podem intensificar a experiência de perda. Reconhecer e compreender as diferentes manifestações do luto e oferecer um suporte

social e emocional adequado são essenciais para ajudar os idosos a enfrentar e superar essa fase difícil.

Através de um entendimento mais profundo do luto e das suas implicações, podemos desenvolver estratégias e intervenções que promovam a saúde e o bem-estar dos idosos enlutados, permitindo-lhes encontrar novos significados e continuar a viver de maneira plena e significativa. Wallon (1995) sugere que, com o envelhecimento, as emoções podem se tornar mais estáveis e menos reativas. Os idosos podem encontrar formas mais profundas e espirituais de expressar suas emoções, refletindo sobre suas vidas e legados. O desenvolvimento emocional na velhice pode ser enriquecido por experiências de sabedoria, gratidão e aceitação.

3.2 Afetividade

Afetividade, de acordo com o Dicionário Aurélio (1994), é um conjunto de fenômenos psíquicos que se manifestam sob a forma de emoções, sentimentos e paixões, acompanhados de satisfação ou insatisfação, de agrado ou desagrado, de alegria ou tristeza.

Segundo Piaget (1996), a afetividade é uma dinâmica mais profunda e complexa vivenciada pelo ser humano. Inicia-se a partir do momento em que um sujeito se liga a outro pelo amor, sentimento único que traz no seu núcleo outro, também complexo e profundo: o medo da perda. Quanto maior o amor, maior o medo da superação, da perda e da morte, o que acaba desencadeando outros sentimentos, tais como o ciúme, a raiva, o ódio, a inveja, a saudade. Os sentimentos e as emoções são elementos fundamentais da dimensão afetiva do indivíduo, permeando todos os processos vividos pelo homem.

Piaget (1996) considerava a afetividade como um agente motivador da atividade intelectual e, também, como um agente selecionador, apesar de perceber que esse desenvolvimento envolvia sempre os aspectos cognitivos e afetivos, pois acreditava que toda atividade intelectual baseava-se em objetos ou eventos particulares. Nessa visão, Piaget (1996) diz que essa escolha não é provocada pelas atividades cognitivas, mas pela afetividade. E acrescenta:

A afetividade constitui a energética das condutas, cujo aspecto cognitivo se refere apenas às estruturas. Não existe, portanto, nenhuma conduta, por mais intelectual que seja que não comporte, na qualidade de móveis, fatores afetivos; mas, reciprocamente, não poderia haver estados afetivos sem a intervenção de percepções ou compreensão, que constituem a estrutura cognitiva. A conduta é, portanto, uma, mesmo que, reciprocamente, esta não tome aquelas em consideração: os dois

aspectos afetivo e cognitivo são, ao mesmo tempo, inseparáveis e irreduzíveis (PIAGET, 1996, p. 441).

Para Wallon (1995), a afetividade seria o conjunto de processos psíquicos exteriorizados através de emoções, ou seja, enquanto emoções seriam processos internos, a afetividade seria o estado psicológico que viabiliza a comunicação das emoções. Sendo assim, a afetividade seria a primeira forma de interação da criança com o meio ambiente e a motivação primeira do ambiente. À medida que o movimento proporciona experiência à criança, ela vai respondendo através de emoções, diferenciando-se do ambiente, já que a afetividade é o elemento mediador das relações sociais.

Wallon (1975) estabelece uma estreita ligação entre as emoções e a atividade motora. Para ele, “a emoção corresponde a um estágio da evolução psíquica situada entre o automatismo e a ação objetiva, entre a atividade motriz, reflexa de natureza fisiológica e o conhecimento”.

Nesse sentido, também entende as emoções numa perspectiva genética e de desenvolvimento. Para ele, à medida que o indivíduo se desenvolve, as emoções vão encontrando formas de expressão mais elaboradas. O que antes era comunicado através de expressões corporais vai ganhando enriquecimento e complexidade.

3.3 Relações Afetivas e o Luto do Idoso

No entendimento de Castilho e Bastos (2013, p. 92), quanto maior o investimento afetivo objetal no processo de luto, maior será a energia para o desligamento. “Imaginemos então quanta energia será necessária para os pais se desligarem do filho (se é que é possível)”.

Muitas vezes, quando se perde algum ente querido, surgem reações de agressividade contra este. Esta agressividade funciona como um mecanismo de defesa, pois: “[...] com a desvalorização do objeto fica mais fácil reconciliar o ego ferido com o ideal abalado, favorecendo a reapropriação ao ego de parte dessa energia objetal” (PARKES, 2008, p. 26).

Além disso,

A morte de um filho, por exemplo, pode representar a impotência do amor dos pais para evitar esse evento final, podendo colocar em dúvida a qualidade desse amor, como se esse tivesse fracassado. Eles podem sentir-se culpados por sobreviverem ao filho (BALLONE, 2006, p. 49).

Quando a morte é abrupta, o luto é ainda mais traumático, tendo em vista que a ruptura no investimento objetal, provocada pela morte, ocorre de modo inesperado. Com isso,

“a pulsão de morte, que é uma categoria fundamental das pulsões que se contrapõem à de vida, tendem a levar à autodestruição” (LAPLANCHE; PONTALIS, 2004, p. 449).

Essa reação de autodestruição, segundo Parkes (1998), pode ser ainda maior quando:

[...] a morte foi violenta, com mutilação do corpo, e principalmente quando ocorreu por suicídio, suscitando um forte sentimento de culpa, fracasso e impotência. Não é raro ocorrer nesses pais a reação de aniversário, ou seja, numa data - a da morte ou do aniversário - viverem momentos de sofrimento psíquico ou mesmo somático. Podem ocorrer sintomas de pânico, boca seca e outras indicações da atividade do sistema nervoso autônomo relacionadas ao período de dor. Alguns podem apresentar ideação suicida. Refúgio no alcoolismo pode ser uma saída para aqueles que bebiam e apresentavam um ajustamento psíquico precário. No idoso é comum surgir quadro depressivo, o qual pode manifestar-se com sintomatologias das mais variadas, porém sempre presentes o desânimo e a perda da capacidade de amar, decorrentes do processo de culpa. O traço mais característico do luto não é a depressão profunda, mas sim, episódios agudos de dor, com muita saudade e dor psíquica (PARKES, 1998, p. 203).

Uma das maiores dificuldades que o idoso encontra, de modo geral, para vivenciar o luto, é sua inabilidade para falar. Essa inabilidade, advém, de modo geral, do fato de que as pessoas preferem não encarar que têm medo da morte; isso as leva a ter um recalçamento da perda (CASTILHO; BASTOS, 2013).

Nesse sentido,

A velhice, que normalmente é reconhecida como a fase da sabedoria e do amadurecimento, o que favoreceria melhor essa vivência, ao contrário, se apresenta como a fase de pouca disponibilidade para a elaboração da perda, ou mesmo como aquela em que faltam condições emocionais próprias e principalmente as advindas do entrosamento com o outro vivo, muito mais importantes do que as oriundas do relacionamento com o falecido. Falta, nesse momento, uma relação mais íntima, seja terapêutica seja de amizade, para uma ajuda eficaz. Isso exige um compartilhar de sentimentos, que não é facilmente conseguido (LAPLANCHE; PONTALIS, 2004, p. 451).

Nesse contexto, é possível perceber que “na maioria das vezes os enlutados vivenciam a dor da perda na solidão” (PARKES, 2008, p. 222), haja vista que o enfrentamento da dor e do luto ocorrem em um contexto que não possibilita condições resolutivas, ou seja, nesse contexto, não se consideram fatores pessoais, familiares e sociais que poderiam proporcionar alterações emocionais no idoso (BALLONE, 2006).

Essa é uma situação que precisa ser revista. É preciso incentivar os profissionais que lidam com o idoso a lidarem com as repercussões da morte e do luto, pois este, após determinado número de anos vividos, pode não mais suportar as perdas, tendo em vista que “o equilíbrio psíquico do idoso depende, basicamente, de sua capacidade de adaptação à sua existência presente e passada e das condições da realidade que o cercam” (BALLONE, 2006, p. 49).

Na atualidade, muitos acreditam que é mais fácil lidar com a morte e com o processo de luto, no entanto, isso não corresponde à realidade, afinal, no luto não há o que se tratar. O que se faz necessário é estar junto e dar ao enlutado o apoio emocional e afetivo necessário. Afinal,

[...] cada um viverá essa morte do cônjuge ou filho de acordo com o histórico de convivência entre esses e com as características da personalidade e dos mecanismos de defesa psicológica dos sobreviventes, pois para cada enlutado, sua perda é a pior, a mais difícil, pois cada pessoa é aquela que sabe dimensionar sua dor e seus recursos para enfrentá-la (LAPLANCHE; PONTALIS, 2004, p. 452).

Sendo assim, é preciso que o profissional que lida com esse idoso esteja preparado para intervir nos casos necessários sem se basear em tempo cronológico, mas sim levando em conta as repercussões dessa perda para a vida do idoso.

Parkes (2008, p. 226) salienta que

Não sendo o luto patológico, independentemente do tempo, somente haveremos de intervir se a necessidade de ajuda partir da própria pessoa, quando não se sente capaz de superar sozinha esta fase. Nos casos de luto patológico, o enlutado deve receber tratamento psicoterápico encorajando a pessoa a expressar seu pesar e superar suas fixações ou bloqueios para que possa se aperceber do que acontece e daí reaprender o mundo.

Um erro fundamental que tem ocorrido, segundo o autor, é “considerar que existe um único tipo de luto patológico e um único tratamento apropriado” (PARKES, 2008, p. 227). Esse ponto de vista simplista não leva em conta a diversidade de experiências humanas e a complexidade do processo de luto. O luto é uma resposta multifacetada e altamente individual à perda, influenciada por uma variedade de fatores, incluindo a personalidade do enlutado, o tipo de relacionamento que tinha com o falecido, as circunstâncias da morte e o contexto cultural e social em que o luto ocorre.

É preciso que a família e os profissionais que lidam com esse idoso entendam que é preciso ter tolerância com o idoso enlutado. A perda de um ente querido pode ser particularmente devastadora para os idosos, pois, além da dor da perda, eles frequentemente enfrentam sentimentos de isolamento, solidão e a própria vulnerabilidade da idade avançada. Nesse contexto, a compreensão e a paciência por parte daqueles que estão ao seu redor são essenciais para ajudar o idoso a navegar por esse período difícil.

Desenvolver uma comunicação aberta e empática com o idoso enlutado é fundamental. Isso envolve mais do que apenas falar; é ouvir ativamente, validando seus sentimentos e reconhecendo a profundidade de sua dor. Profissionais e familiares devem criar um ambiente seguro onde o idoso se sinta confortável para expressar suas emoções sem medo

de julgamento ou de ser apressado a "superar" sua dor. Compartilhar sentimentos sobre a perda pode ajudar a fortalecer os laços emocionais e a sensação de apoio, reduzindo a sensação de isolamento que o luto pode trazer.

O ajustamento das condições externas, como o apoio emocional contínuo e a presença de pessoas queridas, pode favorecer significativamente o ajustamento das condições internas e de crenças do idoso. O luto pode desencadear uma série de reações emocionais e psicológicas, incluindo depressão, ansiedade e sentimentos de desesperança. Oferecer apoio psicológico, seja através de terapia individual, grupos de apoio, seja por intervenções específicas, pode ser crucial para ajudar o idoso a processar sua perda de maneira saudável.

Além do apoio emocional, é importante encorajar o idoso a desenvolver estratégias de enfrentamento e resiliência. Isso pode incluir atividades que promovam o bem-estar físico e mental, como exercícios leves, hobbies e a participação em grupos sociais ou comunitários. Incentivar o idoso a se engajar em atividades que lhe tragam prazer e significado pode ajudar a desviar o foco da dor da perda e a promover uma sensação de propósito e continuidade.

A família desempenha um papel crucial no apoio ao idoso enlutado. Ao compartilhar responsabilidades e estar presentes, os familiares podem ajudar a aliviar o fardo emocional e prático do luto. Além disso, a comunidade pode oferecer um valioso suporte. Redes de apoio comunitário, como grupos de apoio ao luto, clubes de idosos e organizações religiosas, podem fornecer ao idoso um senso de pertencimento e um espaço para compartilhar suas experiências com outros que estão passando por situações semelhantes.

Profissionais de saúde, como psicólogos, terapeutas ocupacionais e assistentes sociais, podem fornecer intervenções específicas para ajudar o idoso a lidar com o luto. Essas intervenções podem incluir terapia cognitivo-comportamental para abordar pensamentos negativos e padrões de comportamento, terapia de reminiscência para ajudar o idoso a encontrar significado em suas memórias, e técnicas de relaxamento para reduzir o estresse e a ansiedade.

O ajustamento das condições externas não se limita apenas ao apoio emocional e social. Pode incluir também adaptações práticas no ambiente de vida do idoso para garantir que ele se sinta seguro e confortável. Isso pode envolver modificações na casa para torná-la mais acessível, proporcionando transporte para atividades sociais e de lazer e assegurando que o idoso tenha acesso a cuidados médicos adequados.

É fundamental respeitar o tempo de luto do idoso. O processo de luto é altamente individual e não deve ser apressado. Permitir que o idoso viva seu luto de forma plena, expressando suas emoções e passando pelo processo de ajuste em seu próprio ritmo, é

essencial para sua recuperação emocional e psicológica. Forçar o idoso a "seguir em frente" antes que esteja pronto pode levar a complicações emocionais e a um prolongamento do sofrimento.

Portanto, ao desenvolver uma comunicação aberta e empática, oferecer apoio emocional e psicológico, incentivar estratégias de enfrentamento e resiliência e respeitar o tempo necessário para o luto, podemos ajudar o idoso a contornar a ruptura do equilíbrio emocional. Esse ajustamento das condições externas favorecerá o ajustamento das condições internas e de crenças, permitindo, dessa forma, que o idoso siga em frente de maneira saudável, ao invés de, inconscientemente, escolher morrer (CASTILHO; BASTOS, 2013). A tolerância, a compreensão e o apoio contínuo são essenciais para ajudar os idosos a encontrar um novo equilíbrio e significado após a perda de um ente querido.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com os dados bibliográficos apresentados, conclui-se que, ainda que o luto entre os idosos não seja amplamente valorizado no meio acadêmico, esse é um tema que necessita de resgate e maior atenção. A reavaliação e revalidação da importância do luto na vida do idoso são cruciais para compreender plenamente as manifestações físicas e psíquicas que o luto provoca. Tais manifestações podem ser mais intensas e graves em idosos devido a fatores como a fragilidade emocional, o isolamento social e as mudanças físicas relacionadas à idade.

Portanto, é imperativo que os idosos sejam acompanhados de maneira empática e compreensiva, permitindo-lhes o tempo necessário para se reorganizarem emocional e afetivamente. Durante o processo de luto, os idosos podem necessitar de suporte adicional para realizar atividades cotidianas, uma vez que a "máscara" de força que mantiveram durante os rituais fúnebres pode não ser mais sustentável. Assim, é vital que alguém próximo assuma responsabilidades práticas, permitindo ao idoso o espaço para vivenciar plenamente o seu luto.

Além disso, é essencial que a expressão emocional do idoso enlutado seja encorajada e respeitada, sem que seja rapidamente medicalizada. Raiva, angústia e tristeza são sentimentos comuns nesse processo e devem ser reconhecidos como parte natural da jornada de luto. Intervenções farmacológicas devem ser cuidadosamente consideradas apenas quando realmente necessárias, evitando a patologização do sofrimento natural.

Entender que o enlutado enfrenta uma tarefa árdua e dolorosa é fundamental. Esse processo não pode ser apressado ou evitado, pois cada indivíduo tem seu próprio ritmo e

forma de lidar com a perda. Fornecer um ambiente de apoio, onde o idoso possa expressar seus sentimentos livremente, é a verdadeira ajuda que pode ser oferecida.

A verdadeira ajuda ao idoso enlutado consiste no reconhecimento sincero de sua dor e na criação de um espaço seguro para que ele possa processar essa perda. Isso inclui oferecer suporte emocional constante e validar seus sentimentos. Ao permitir que o idoso se reorganize internamente e encontre seu caminho para a elaboração da perda, contribuimos para sua saúde mental e bem-estar, ajudando-o a enfrentar essa difícil etapa da vida com dignidade e apoio.

Em resumo, a abordagem ao luto na velhice deve ser holística e centrada no indivíduo, reconhecendo a profundidade do sofrimento e oferecendo suporte adequado para que o idoso possa encontrar um novo equilíbrio emocional e afetivo. Isso reforça a importância de políticas de saúde e práticas de cuidado que valorizem a dimensão humana do envelhecimento e o enfrentamento da perda, promovendo uma qualidade de vida melhor para os idosos enlutados.

REFERÊNCIAS

BALLONE, G. J. **Alterações emocionais do envelhecimento**. 18 de março de 2006. Disponível em <<http://gballone.sites.uol.com.br/geriat/envelhecimento.html>> Acesso em 26 de jun. 2024.

CASTILHO, G.; BASTOS, A. A função constitutiva do luto na estruturação do desejo. **Estilos clin.** vol.18, n.1 São Paulo abr. 2013. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-71282013000100006> Acesso em 24 de jun. 2024.

FREUD, S. **Escritos sobre a Psicologia do Inconsciente**. Rio de Janeiro: Imago, 1915.

LAPLANCHE, J.; PONTALIS, J. B. **Vocabulário de psicanálise**. São Paulo: Martins Fontes, 2004.

PARKES, C. M. **Luto: estudos sobre a perda na vida adulta**. São Paulo: Summus, 1998.

_____. **Amor e Perda: as raízes do luto e suas complicações**. São Paulo: Summus, 2008.

PIAGET, J. **Biologia e conhecimento: ensaio sobre as relações entre as regulações orgânicas e os processos cognoscitivos**. Petrópolis, RJ: Vozes, 1996.

REZENDE, V. L. **Reflexões sobre a vida e a morte: abordagem interdisciplinar do paciente terminal**. Campinas: Unicamp, 2010.

WALLON, H. As etapas da personalidade na criança, 1956. **Objetivos e métodos da psicologia**. trad. Franco de Souza. Lisboa, Portugal: Editorial Estampa, 1975.

_____. **A evolução psicológica da criança.** Paris: Armand Colin; Lisboa: Edições 70, 1995.

Como Referenciar este Artigo, conforme ABNT:

PEIXOTO, S. C; PIRES, H. S. R. Interferência das Relações Afetivas no Processo de Luto da Pessoa Idosa. **Rev. FSA**, Teresina, v. 21, n. 9, art. 10, p. 183-196, set. 2024.

Contribuição dos Autores	S. C. Peixoto	H. S. R. Pires
1) concepção e planejamento.	X	
2) análise e interpretação dos dados.	X	
3) elaboração do rascunho ou na revisão crítica do conteúdo.	X	X
4) participação na aprovação da versão final do manuscrito.	X	X