

## PROCESSO DE LUTO NO IDOSO PÓS-MORTE DE CONJUGUE, FAMILIARES, AMIGOS E SEUS AGRAVOS

**Amanda Aparecida Silva Borges**

Graduanda em Enfermagem,  
Faculdades Integradas Três Lagoas – FITL/AEMS

**Amanda Cristina de Souza Berto**

Graduanda em Enfermagem,  
Faculdades Integradas Três Lagoas – FITL/AEMS

**Larissa Dias de Oliveira**

Graduanda em Enfermagem,  
Faculdades Integradas Três Lagoas – FITL/AEMS

**Juliana de Carvalho Apolinário Coêlho**

Fisioterapeuta; Doutora em Ciências Fisiológicas – UNESP;  
Docente das Faculdades Integradas de Três Lagoas – FITL/AEMS

**Natalia Marinho Dourado Coelho**

Enfermeira; Mestre em Ciência Animal – UNESP; Doutoranda em Ciência Animal – UNESP;  
Docente das Faculdades Integradas de Três Lagoas – FITL/AEMS

**Jessé Milanez dos Santos**

Enfermeiro; Especialista em APH – UNIARARAS  
Docente das Faculdades Integradas de Três Lagoas FITL/AEMS

### RESUMO

Este artigo tem por finalidade relatar sobre o processo de luto no idoso pós morte de conjugue, familiares e amigos e seus agravos. Este estudo trata-se de uma revisão integrativa da literatura na qual foram realizadas buscas de artigos científicos na base de dados BVS e Scielo e utilizado seis artigos. O luto pode ser definido 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, trazendo alguns agravos a saúde do idoso como distúrbios do sono e da alimentação, manifestações somáticas, sendo comum falta de ar, aperto no peito, falta de energia, se sentem furiosos com Deus e a negação da fé, e todos esses sintomas pode encadear a depressão e até o suicídio. Portanto, pode-se concluir que as amizades funcionam como importante fator de proteção ao idoso, particularmente quando são espontâneas e permitem a troca de experiências e vivências comuns entre pessoas da mesma coorte, além de ajudar no processo de luto, pois a uma extrema dificuldade de aceitação na perda do ente querido, sendo que não a tempo determinado para chegar ao fim do processo de luto.

**PALAVRAS CHAVE:** luto; pesar; idoso; tristeza.

### 1 INTRODUÇÃO

O luto pode ser definido 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, segundo Parkes (1998), é “o acontecimento vital mais grave que a maioria de nós pode experimentar; sua dor é tanto parte da vida quanto a alegria de viver; é talvez, o preço que pagamos pelo amor, o preço do compromisso”. Não obstante, cumpre considerar 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” (OLIVEIRA; LOPES, 2008). “Podemos tomar ainda como conceito que o luto é um processo de tornar-se perceptível, ou seja, tornar real o fato da perda” (PARKES, 1998).

A perda de entes queridos é uma das experiências mais dolorosas que o ser humano pode experimentar. É difícil para quem a vivencia, como também para quem a observa, ainda que pelo fato da impotência para ajudar.

Por sua vez, a palavra luto é utilizada para indicar uma variedade de processos psicológicos provocados pela perda de uma pessoa amada, quaisquer que sejam os seus resultados. Para a pessoa enlutada, apenas o retorno da pessoa perdida pode favorecer o verdadeiro conforto.

A morte não costuma ser vista como algo espontâneo e natural pelas pessoas. Acredita-se que a morte é vivida simbolicamente nas perdas vivenciadas na velhice. Ao lidar com essas perdas, o idoso lida inevitavelmente com a morte e vivencia o processo de luto. Percebe-se que estes têm dificuldades em lidar com a temática da morte, principalmente por conta da idade e dos amigos que vão morrendo. Diante dessas considerações, surgiu a inquietação sobre como a pessoa idosa vivencia o processo luto no seu cotidiano (MENEZES et al., 2014).

Em relação à morte do conjuge, Bolwby (1998) dividiu a vivência do luto pelas viúvas idosas em quatro fases: 1) fase de entorpecimento, a qual dura de algumas horas a uma semana e a maioria das pessoas sente-se chocadas e não aceita a perda. Os sentimentos predominantes nesta etapa são: a raiva, a tensão e a apreensão; 2) fase de anseio e busca pela figura perdida, a qual pode durar alguns meses e por vezes anos após o falecimento do cônjuge, a pessoa viúva começa a vivenciar a realidade da perda. Nesta etapa, são frequentes o desânimo intenso, aflição e choros; ao mesmo tempo podem surgir inquietação, explosões de raiva, insônia, lembranças do marido perdido e tendência a achar que o cônjuge voltou; 3) fase de desorganização e desespero, em que a pessoa tenta se ajustar à perda do

cônjuge e 4) Fase de maior ou menor grau de reorganização, se o luto tiver um resultado favorável, a pessoa conseguirá aceitar que a perda do companheiro é permanente e que é o momento de reconstruir sua vida. Todavia, algumas viúvas apresentam uma forma de evolução desfavorável do luto e a pessoa enlutada pode sentir uma vontade constante de imitar a pessoa perdida (entretanto estes atos são inconscientes); pode desenvolver sintomas da enfermidade final do indivíduo que faleceu ou localizá-lo dentro de outras pessoas, animais e objetos físicos (REZENDE, 2000).

Concomitantemente a essas fases de transições, ocorre uma redefinição dos relacionamentos entres os membros familiares (MACGOLDRICK; WALSH, 1988), atingindo a dinâmica e a estrutura familiar. As viúvas passam por processos de readaptações, os quais, geralmente, são atrelados a um sentimento de pesar e tristeza (DOLL, 2002).

Devido a esses sentimentos de tristezas referentes ao processo de luto, pode levar a alguns agravos à saúde dos idosos, sendo eles, distúrbios como os do sono e da alimentação, (as alterações do sono podem estar relacionadas à somatização ou dever-se ao fato de que “durante o sono ou em períodos de atenção relaxada, as lembranças dolorosas tendem a invadir nossa mente e nos pegamos revivendo o trauma mais uma vez” (PARKES, 1998), manifestações somáticas, sendo comum falta de ar, aperto no peito, falta de energia, insônia, passividade, alucinações e ansiedade, vazio no estômago, nó na garganta, hipersensibilidade ao barulho, sensação de despersonalização, fraqueza muscular, falta de apetite, boca seca, raiva (algumas pessoas tentam culpar alguém pela morte) lamentação, choro, culpa (se sentem culpado pela morte do ente querido), sentimentos furiosos com Deus e a negação da fé, sendo que todos esses sintomas pode encadear a depressão e até o suicídio (BROMBERG et al., 1996).

Com o tempo o enlutado volta a se inserir no mundo externo de modo pleno, normalmente com sua capacidade de suportar perdas aumentadas, amadurecida, porém, o processo de luto não possui tempo determinado para chegar ao fim, podendo variar de um ser humano ao outro, durando meses ou até mesmo anos, por isso é de total importância a participação dos amigos e familiares no processo de luto, para que o enlutado se reanime mais facilmente e rapidamente (BEAUVOIR, 1990).

## 2 OBJETIVO

O objetivo deste trabalho é avaliar o processo de luto relacionado ao idoso pós-morte de conjuge, familiares e amigos e as suas consequências.

## 3 MATERIAL E MÉTODOS

Primeiramente realizou-se uma busca de artigos científicos em duas bases de dados, BVS (Biblioteca Virtual em Saúde) e Scielo (Scientific Electronic Library Online). Foram encontrados 1.478 artigos na base de dados da BVS, que destes foram filtrados em idioma português, publicados nos anos de 2011-2016, restando 26 artigos, nos quais realizamos a leitura e somente 5 foram utilizados, não utilizamos os 22 artigos restante pois não estavam relacionados ao nosso tema. Já na base de dados da Scielo foram encontrados 5 artigos, sendo que destes foram utilizados 1 artigo que estavam relacionados ao nosso tema. As combinações utilizadas na busca desses artigos foram: Luto e idoso. Ao total foram utilizados 6 artigos para a análise.

## 4 PROCESSO DO LUTO

Um trabalho realizado por com 16 idosos de ambos os sexos, com idade compreendida entre 80-90 anos, integrantes de um centro de convivência para idoso localizado em um bairro periférico da cidade de Salvador- Bahia, Brasil, mostrou que a pessoa idosa vivencia o luto quando pessoas próximas começam a adoecer e morrer; além disso, apresentaram discurso ambíguo quanto ao medo da morte. Com os significados atribuídos, foi possível chegar à unidade de significação: a autenticidade e a inautenticidade do ser para a morte (MENEZES, 2014).

Já em outro contexto, foram entrevistados idosos, que destacaram a dimensão da própria finitude; os depoimentos concedidos pelos idosos, no que se refere às representações sobre o luto, destacaram as seguintes falas: “O luto é uma forma de elaborar um sentimento de tristeza” (Baco); “O luto é um sentimento de perda da pessoa no coração” (Morfeu); “É um respeito à pessoa que partiu para outra vida” (Thanatos); “O luto não é a roupa, é tristeza, é a falta da pessoa, de sentir a presença em cada coisa que vai fazer, é algo que vem de dentro, é a

saudade” (Apolo). Definindo o luto como o processo de elaboração da perda de um vínculo afetivo. O luto é uma manifestação de defesa, a aceitação desse sentimento pode reafirmar a perda. (OLIVEIRA; LOPES, 2008) dizem que o luto pode nunca acabar, é a relação que se mantém com o falecido.

No que se refere à vida social, os amigos e a família geralmente se reúnem ao lado da pessoa em luto nos primeiros momentos após a morte. Muitos amigos nesses momentos começam a refletir que poderia passar pela mesma situação no futuro. Sendo que as amizades funcionam como importante fator de proteção ao idoso, particularmente quando são espontâneas e permitem a troca de experiências e vivências comuns entre pessoas da mesma coorte (NERI, 2002; 2005).

A UnATI contribui para o desempenho dos papéis sociais das viúvas idosas, pois estimula o desenvolvimento de novas amizades e o contato intergeracional com os alunos da universidade, o que auxilia na reconstrução do autoconceito e influencia positivamente na autoestima, na satisfação com a vida e nas situações estressantes advindas da adaptação à condição de viúvas.

Outra estratégia que fornece subsídios para que as viúvas idosas possam resolver o luto mais facilmente é a espiritualidade, pois as crenças espirituais levam o indivíduo a compreender melhor sua história pessoal e as perdas. Entretanto, ainda existem escassos programas e serviços que auxiliem viúvas idosas na elaboração do luto, esse fato é preocupante, pois a viuvez feminina é um acontecimento que pode desencadear danos psicológicos, sociais e físicos devido à perda do cônjuge com quem, geralmente, estiveram unidas durante um grande período de tempo (KOVÁCS, 2002). Portanto, as idosas merecem atenção das pesquisas, políticas públicas, saúde e ciências sociais a fim de receber cuidados e intervenções necessárias.

Ao analisarmos os artigos selecionados para a discussão observou-se que ainda são poucos os estudos a respeito do processo de luto vivenciado pelos idosos. O Quadro 1 apresenta a análise de alguns artigos já publicados, relacionados ao tema.

**Quadro 1. Artigos dos anos de 2008 a 2014, utilizados para discussão.**

TÍTULO	ANO	OBJETIVO	REVISTA	IDIOMA
Significados do vivido pela pessoa idosa longaeva no processo de morte/morrer e luto	2014	Compreender significados do vivido pela pessoa idosa no processo de morte/morrer e luto	Ciência e Saúde Coletiva	Português

Continuação do Quadro 1.				
As representações da morte e do luto no ciclo de vida	2012	Investigar as representações acerca da morte e do luto em diferentes grupos etários	Kairós	Português
Idosas viúvas: da perda à reorganização	2012	A viuvez é um fenômeno que afeta principalmente as mulheres idosas; uma das explicações para este fato consiste na longevidade comparativamente superior ao do gênero masculino; a perda de um familiar provoca sentimentos de pesar e tristeza e diversas mudanças na vida das pessoas.	Kairós	Português
A viuvez: A representação da morte na visão masculina e feminina	2011	Entendimento da viuvez, a partir da vivência pós-morte do conjugue.	Kairós	Português
O processo de luto no idoso pela morte de conjugue e filho	2008	Discutir a importância de se entender e acompanhar o processo de luto na velhice, principalmente no caso de morte do cônjuge ou filho, que pode provocar um grande impacto no idoso.	Psicologia em Estudo	Português
A velhice e a morte: reflexões sobre o processo de luto	2011	Discutir perspectiva da psicanálise, reflexões sobre a associação da morte com o processo de envelhecimento humano.	Brasileira de Geriatria e Gerontologia	Português

Fonte: BVS e Scielo

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto pode-se inferir que o processo de luto no idoso está interligado com diversos fatores e problemas que podem acarretar na vida do idoso, trazendo tristezas, devido à perda de um vínculo muito forte, de grandes sentimentos que quando perdido fica o vazio, a saudade e o respeito aquele que se foi. Portanto, é de suma importância o acompanhamento de amigos e familiares e o respeito a este processo no qual ele passará, pois a uma extrema dificuldade de aceitação na perda do ente querido, sendo que não a tempo determinado para chegar ao fim do processo de luto.

## REFERÊNCIAS

BOWLBY, J. Apego e perda: Tristeza e depressão. 1998.

CONCENTIDO, J. M. B; VIANA, T. C. A velhice e a morte: reflexões sobre o processo de luto. (2011).

DOLL, J. Luto e Viuvez na velhice. In: FREITAS, Elizabete Viana de (et al). Tratado de Geriatria e Gerontologia. 2. ed. RJ: Guanabara Koogan. 2006.

DONELLY, E. A; HINTERLONG, J. E. Changes in social participation and volunteer activity among recently widowed older adults. *Gerontologist*, v. 50, n. 2, p. 158-69, 2010.

FREUD, S. Luto e melancolia: a história do movimento psicanalítico, artigos sobre a metapsicologia e outros trabalhos. (1915; 2006).

KOVÁCS, M. J. (Coord.). Morte e desenvolvimento humano. São Paulo: Casa do Psicólogo. (2002).

MACGOLDRICK, M.; WALSH, F. Loss and the family cycle. In *Family Transitions: Continuity and change*. v. 4, n. 1, p. 20–27, 1988.

MENEZES, T. M. O; LOPES, R. L. M. Significados do vivido pela pessoa idosa longaeva no processo de morte/morrer e luto. v. 19, n. 8, p. 3309-3316, 2014.

NERI, A.L. Bienestar subjetivo en la vida adulta y en la vejez: hacia una psicología positiva en la América latina. v. 34, n. 1-2, p. 55-74, 2002.

OLIVEIRA, J. B. A; LOPES, R. G. C. O processo de luto no idoso pela morte do conjuge e filho. *Psicologia em estudo*, Maringá. v. 13, n. 2, p. 217-221, 2008.

PARKES, C. M. Luto: estudos sobre a perda na vida adulta. *Revista Brasileira de Psiquiatria*. v. 21, n. 1, p. 1-4, 1998.

PINHO, M. X. A velhice em uma visão geriátrica e gerontológica: Contribuições da psicologia. In C. P. Almeida, & A. L. A. Ribeiro (Eds), *Psicologia em Cardiologia* (p. 177-199). São Paulo: Alínea. (2008).

RUBIO, M. E; WANDERLEY, K. S; VENTURA, M. M. A viuvez: A representação da morte na visão masculina e feminina. *Kairós Gerontologia*. v. 14, n. 1, p. 1-11, 2011.

REZENDE, V. L. (Org.). Reflexões sobre a vida e a morte: abordagem interdisciplinar do paciente terminal. Campinas: Unicamp. (2000).

SILVA, H. S.; ZEMUNER, M. S.; RODRIGUES, P. H. S.; ANDRADE, T. B.; MARTINIANO V.; FALCÃO, D. V. S. As representações da morte e do luto no ciclo de vida. (2012).

Suzuki M.Y, Silva T.L.B, Falcão D.V.S. (2012). Idosas viúvas: da perda à reorganização.