



## **A IMPORTÂNCIA DO SUPORTE AO IDOSO NO PROCESSO DE LUTO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

BRUNA ABREU CANOLA MOURA; MARIA CAROLINA MOLINA; NAYARA SCHUG DA SILVEIRA; GUSTAVO BIANCHINI PORFÍRIO; DANIELLE SORAYA DA SILVA FIGUEIREDO

### **RESUMO**

O envelhecimento da população traz consigo a crescente necessidade de compreender e abordar as dimensões do cuidado aos idosos, principalmente em situações de perda e luto. Este relato de experiência, proveniente do Projeto Viver Bem, destaca a importância de estratégias de suporte sensíveis às necessidades específicas dos idosos durante o processo de luto. Ao integrar conhecimentos de estudos recentes e a experiência decorrente da participação dos estudantes de Medicina da Unicentro em encontros quinzenais no Projeto, é evidenciada a relevância do apoio emocional e social no suporte a esses indivíduos, destacando ainda o papel fundamental das redes de apoio, do acolhimento empático e da oferta de recursos emocionais na promoção do bem-estar psicológico dos idosos diante desse processo. A análise dos resultados aponta para a relevância de fatores protetivos, como a resiliência e o apoio familiar, e fatores complicadores, como a perda do cônjuge e o tipo de morte, no processo de luto na terceira idade. Conclui-se que estratégias de suporte sensíveis e adequadas às necessidades específicas dos idosos são essenciais para garantir um ambiente de apoio eficaz durante o processo de luto, destacando-se a importância de identificar lacunas existentes e desenvolver práticas de cuidado mais inclusivas para essa população vulnerável.

**Palavras-chave:** Enfrentamento; Saúde mental; Terceira idade

### **1 INTRODUÇÃO**

O envelhecimento da população é uma realidade cada vez mais marcante em nosso contexto. Junto a esse fenômeno demográfico, surge uma grande necessidade de compreender e abordar as várias dimensões do cuidado voltado aos idosos, especialmente nos momentos de perda e luto. O processo de envelhecimento frequentemente se entrelaça com a experiência dolorosa de perder entes queridos, cônjuges e amigos próximos, desencadeando complexas e intensas vivências de luto.

Nesse contexto, é essencial reconhecer a relevância do suporte oferecido aos idosos durante o processo de luto, além da mera assistência prática abrangendo também o apoio emocional e social. Este relato de experiência busca adentrar essa temática no contexto do Projeto Viver Bem, ressaltando a importância de estratégias de suporte sensíveis e adequadas às necessidades específicas dos idosos que vivenciam o luto.

Ao considerarmos os estudos de Cezar et. al. (2022) e Oliveira e Lopes (2008), destacamos ainda mais a importância de abordagens holísticas no suporte aos indivíduos em luto na terceira idade. Essas pesquisas fornecem conhecimentos valiosos sobre os desafios específicos enfrentados pelos idosos durante o processo de luto, desde a prevalência de sintomas

depressivos até as estratégias eficazes de intervenção psicossocial. Integrar esses conhecimentos às práticas de cuidado é fundamental para garantir um ambiente de apoio verdadeiramente eficaz e capacitador para os indivíduos que enfrentam o luto na terceira idade. Por meio da narrativa de experiências dos idosos sobre essa questão, almejamos evidenciar como a presença de redes de apoio, o acolhimento empático e a oferta de recursos emocionais desempenham um papel crucial na promoção do bem-estar psicológico e no fortalecimento da resiliência dos idosos diante do luto. Esta reflexão não apenas enriquece nosso entendimento acerca dos complexos processos de envelhecimento e luto, mas também orienta práticas de cuidado mais inclusivas e compassivas para a população idosa.

O objetivo deste trabalho é investigar as necessidades de apoio dos idosos durante o processo de luto e propor métodos eficazes para oferecer suporte a eles. Pretendemos identificar as lacunas existentes no atual suporte disponível para os idosos em luto e desenvolver estratégias práticas e sensíveis para atender a essas necessidades. Além disso, buscamos contribuir com recomendações úteis para profissionais de saúde, cuidadores e para o Projeto Viver Bem, visando melhorar significativamente a qualidade do apoio oferecido durante o período de luto.

## **2 RELATO DE EXPERIÊNCIA**

No período de outubro (2023) a março (2024), os estudantes do sexto período de Medicina da Universidade Estadual do Centro-Oeste do Paraná (Unicentro) participaram do projeto “Viver Bem”, originado por uma parceria entre a instituição de ensino e a equipe da pastoral de dois bairros do município de Guarapuava, no Paraná.

Os encontros no bairro Morro Alto aconteceram quinzenalmente e foram abordados temas relacionados à saúde e bem-estar do grupo de idosos, bem como atividades educativas dos temas discutidos pelos alunos. Além disso, em parceria com alunos da Fisioterapia da Unicentro, foram realizados testes específicos e questionários sobre a saúde do idoso. O projeto também proporcionou a formação de vínculos, uma vez que cada aluno se responsabilizou pelo acolhimento de um idoso, além de terem sido realizadas atividades recreativas.

O presente relato ilustra um dos temas abordados com os idosos no Instituto de Ação Social João Paulo II, no bairro Morro Alto, acerca do luto na terceira idade e os impactos que essa situação acarreta na vida do idoso, especialmente se não houver o suporte adequado. Para a elaboração deste relato, foram utilizadas as experiências que os alunos tiveram a partir do contato com o idoso e seu acolhimento, bem como questionários e fundamentações bibliográficas que corroboram para a importância do suporte ao idoso no processo de luto.

## **3 DISCUSSÃO**

Os encontros do Projeto Viver Bem eram organizados da seguinte forma: inicialmente uma apresentação expositiva para educação em saúde, seguida de uma dinâmica para consolidar as informações e depois a aplicação de questionários e interação direta entre os alunos e os idosos sob seus cuidados.

Abordaremos aqui a experiência que o estudante responsável pelo idoso PP vivenciou. PP era um senhor em sua oitava década de vida, muito robusto e autônomo. Pontuava bem em todos os questionários, tanto os de avaliação física quanto cognitiva. Viúvo há um ano, enfrenta ainda os desafios de vivenciar o luto na terceira idade.

No segundo encontro do Projeto, aplicou-se um Teste de Ansiedade. A aplicação do teste transcorreu em meio a conversas paralelas iniciadas por PP, que compartilhou sobre sua família e rotina. Inicialmente, ele se apresentava emocionalmente resiliente, negando sintomas de ansiedade e depressão. No entanto, ao longo do processo, observou-se uma mudança em seu perfil de respostas à medida que o vínculo com o aluno que o acompanhava foi se estreitando.

Em certo momento, PP emocionou-se e chorou lembrando de sua falecida esposa, que há um ano havia sofrido uma queda que a levou a óbito. Tal acontecimento já havia sido mencionado no primeiro encontro e era cada vez mais evidente que a perda o afetava profundamente. O casal compartilhou mais de três décadas juntos, e PP expressava intensa saudade de sua companheira. Durante o encontro, ele emocionalmente desabou ao expressar seu lamento por não tê-la mais ao seu lado e foi papel do aluno que o acompanhava fornecer conforto, acolhimento e buscar compreender como essa perda impactava sua vida cotidiana.

Nesse contexto, foi percebido que o apoio de sua filha, que morava junto com ele, e os passeios pela vizinhança desempenhavam um papel crucial em seu processo de luto. O idoso mencionou que realizava esses passeios quando estava sozinho em casa, como forma de fuga da solidão.

Nesse sentido, é perceptível a relevância de certos fatores que influenciam no luto, sendo eles protetivos ou de risco. O significado da pessoa que morreu para o enlutado é um fator de risco, com a morte de um cônjuge, por exemplo, que é vista como uma das mais estressoras. Além disso, o tipo de morte, quando ocorre de maneira repentina, sem doença crônica e com sofrimento, situação na qual não há tempo para se despedir do ente querido, também é um fator que pode ser complicador do luto (BRAZ et. al, 2017).

Por outro lado, a resiliência é um fator protetivo, importante para concepção de alternativas de enfrentamento e dependente da personalidade do enlutado, também a presença ativa da família, com tolerância e comunicação, compartilhando os sentimentos sobre a perda são importantes para contornar a ruptura do equilíbrio familiar. Além, disso a fé e a religiosidade são reconhecidas como fatores protetivos, recursos de enfrentamento à ansiedade causada pela perda e também como forma de espaço de socialização junto à comunidade religiosa, que serve de apoio ao enlutado (BRAZ et. al, 2017; OLIVEIRA e LOPES, 2008; CORREA et. al, 2021).

Portanto, PP sofria com alguns fatores complicadores do luto, como a perda da cônjuge e o tipo de morte, porém contava com alguns fatores protetivos, como a resiliência, percebida no ato de sair para passear quando se sentia só, a família próxima, na figura da filha, e a religiosidade, visto que, de acordo com o que contou para o aluno em outra ocasião, frequentava a comunidade da igreja todo fim de semana.

#### 4 CONCLUSÃO

O relato de experiência aqui apresentado, proveniente do Projeto Viver Bem, destaca a relevância de estratégias de suporte sensíveis e adequadas às necessidades específicas dos idosos que vivenciam o luto. Ao integrar conhecimentos provenientes de estudos como os de Cezar et al. (2022) e Oliveira e Lopes (2008), reforçamos a importância de abordagens holísticas no suporte aos idosos em luto na terceira idade.

O processo de envelhecimento frequentemente se associa à experiência de perda dos entes queridos, desencadeando uma situação complexa e dolorosa a ser vivenciada. Portanto, é de fundamental importância o suporte ao idoso, com assistência emocional e social, tendo em vista as especificidades de cada um e os fatores de risco e protetivos elencados ao longo do relato. Além disso, é necessário identificar as lacunas existentes e o desenvolvimento de estratégias para atender as necessidades únicas de cada indivíduo.

#### REFERÊNCIAS

BRAZ, Mariana Sarkis; FRANCO, Maria Helena Pereira. Profissionais Paliativistas e suas Contribuições na Prevenção de Luto Complicado. *Psicologia: Ciência e Profissão*, [S.L.], v. 37, n. 1, p. 90-105, jan. 2017. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1982-3703001702016>.

CEZAR, Alison Maciel; PINHO, Peterson de; BRAGA, Anny Elise; SILVA, Camila Cortellete Pereira da; SILVA JUNIOR, Maurício Cardoso da. As perdas e o processo de luto na velhice: um olhar a partir da psicanálise. *Aletheia*, [S.L.], v. 55, n. 1, p. 192-206, 2022. Editora Cubo. <http://dx.doi.org/10.29327/226091.55.1-10>.

CORREA, Mariele Rodrigues; BARBOSA, Lara Cruvinel; SILVA, Pedro Gonçalves. PROCESSOS DE LUTO NA VELHICE: uma revisão narrativa. *Envelhecimento Humano: Desafios Contemporâneos - Volume 3*, [S.L.], p. 229-244, 2021. Editora Científica Digital. <http://dx.doi.org/10.37885/210303789>.

OLIVEIRA, João Batista Alves de; LOPES, Ruth Gelehrter da Costa. O processo de luto no idoso pela morte de cônjuge e filho. *Psicologia em Estudo*, [S.L.], v. 13, n. 2, p. 217-221, jun. 2008. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s1413-73722008000200003>.