



O LUTO DO CORPO LIMITANTE: O IMPACTO DO ENVELHECIMENTO PARA A SAÚDE INTEGRAL DO IDOSO ALIADA À TERAPIA DO ESQUEMA

MARIA BEATRIZ TAVARES GONÇALVES; MARCELLE SILVA OLIVEIRA; MARIA EDUARDA DOS SANTOS; MARIA EDUARDA BERNARDO DE ANDRADE; JÚLIA VITÓRIA FREITAS RAMOS DE ALMEIDA

RESUMO

Introdução: O processo de senescência causa perdas significativas invisibilizadas pela comunidade. A instalação de um processo de enlutamento pessoal relacionado ao esvanecimento da integralidade do ser contribui para o surgimento de uma ruptura singular na essência subjetiva. Assim, a presente pesquisa propõe-se a investigar: como o luto decorrente do processo progressivo de envelhecimento físico, cognitivo e psicossocial impacta a qualidade de vida, o bem-estar subjetivo e o acesso ao cuidado integral? **Objetivo:** Investigar a vivência de adultos tardios que lidam com o luto e a solidão decorrentes das limitações ocasionadas pelo envelhecimento progressivo, evidenciando os desafios enfrentados e a invisibilidade social que permeiam essas experiências, utilizando como base a Terapia do Esquema. **Material e Métodos:** Este artigo desenvolve uma revisão de literatura com base na análise de publicações científicas veiculadas entre os anos de 2020 e 2025, nas bases de dados PubMed, SciELO e Google Acadêmico. A busca foi realizada em língua portuguesa, utilizando os descritores: “Luto”, “Idoso”, “Limitações”, “Solidão”, “Envelhecimento” e “Necessidades Emocionais Básicas”. **Resultados e Discussão:** Os resultados apontam para a presença de esquemas precoces desadaptativos, construídos ao longo da vida, que se reativam na velhice diante das perdas sucessivas, dificultando o enfrentamento do luto e agravando sentimentos de abandono, inutilidade e isolamento. Além disso, a ausência de espaços de escuta e acolhimento, aliada à pressão social para manter-se funcional e não representar um fardo, intensifica o sofrimento emocional dos idosos. **Conclusão:** Por fim, constatou-se que, apesar dos avanços científicos sobre o envelhecimento, ainda há uma lacuna significativa no que se refere à saúde mental da população idosa, especialmente no que tange à compreensão do luto como um processo subjetivo e contínuo. Ademais, a abordagem da Terapia do Esquema oferece subsídios importantes para a escuta clínica desses sujeitos, contribuindo para a ressignificação das perdas e reconstrução da identidade na velhice. Ressalta-se, também, a necessidade de políticas públicas que promovam o cuidado psicológico na terceira idade, bem como a ampliação de pesquisas que aprofundem a subjetividade do envelhecer e suas implicações emocionais.

Palavras-chave: Senescência; Limitação; Velhice; Solidão; Necessidades.

1 INTRODUÇÃO

Em decorrência do envelhecimento progressivo que atravessa o mundo, os países necessitam realizar ajustes referentes às transições demográficas e às consequentes necessidades populacionais. Assim, ao ampliar-se o olhar aos sujeitos, é ressaltado o cuidado imprescindível aos idosos, uma vez que a demanda de indivíduos que recorrem aos programas de suporte à terceira idade tende a elevar-se. O envelhecimento populacional avançado relaciona-se aos fenômenos de baixa fertilidade, maior qualidade de vida, avanços na medicina e em áreas de saneamento básico e controle de doenças. No entanto, há declínios físicos e cognitivos característicos desta fase, resultando em uma nova forma de configuração

psicossocial nestes seres (Papalia; Martorell, 2022).

Ademais, o índice Global Age Watch propõe a classificação das nações quanto à atenção direcionada aos adultos tardios, medindo quatro aspectos do bem-estar: segurança financeira, estado de saúde, capacidade e ambiente capacitador - estes contribuem para o cuidado pessoal independente (Papalia; Martorell, 2022). Segundo o mesmo índice, o Brasil, entre os 96 territórios avaliados, ocupa a posição 58º, e de acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), até 2060, o número de pessoas com 60 anos ou mais representará cerca de 26,7% do total da população, devendo ocupar a sexta posição entre os países com maior população de idosos (Sampaio, 2020).

Mundialmente o envelhecimento de qualidade representa um desafio para os profissionais de saúde, em detrimento da alta taxa de vulnerabilidade existente. Neste cenário, a fragilidade psíquica torna-se uma condição de especial interesse, pois possui natureza sindrômica e representa uma fase de transição entre o envelhecimento bem-sucedido e a dependência, carecendo por uma maior abrangência em pesquisa e atuação (Sampaio, 2020). Debruçar-se sobre tais processos é crucial para a compreensão de enfrentamentos da saúde desses indivíduos, pois o declínio físico pode resultar em uma significativa diminuição de atividades exercidas, e ao ser inibida essa liberdade, há ausência de qualidade de saúde (Gonçalves *et al.*, 2023).

Além disso, o processo de senescência causa perdas significativas invisibilizadas pela comunidade. Dessa forma, a instalação de um processo de enlutamento pessoal relacionado ao esvanecimento da integralidade do ser contribui para o surgimento de uma ruptura singular na essência subjetiva (Sampaio, 2020). Desse modo, quando não há espaço para o acolhimento do luto vivido, o sofrimento emocional ganha destaque (Santos *et al.*, 2022). Nesse sentido, há urgência em direcionar olhar humanizado sobre as limitações progressivas e o consequente luto ocasionado, pois desviar-se de tal demanda pode ocasionar prejuízos em uma longevidade digna (Cavalcanti, 2022).

Outro fator importante advém da imagem social do idoso que tende a ser reduzida a um fardo, excluindo sua subjetividade e potencialidades. Essa narrativa é reforçada por atravessamentos socioculturais ocidentais, voltados a um modelo de produtividade exacerbada que deslegitimam seus papéis enquanto sujeitos detentores de direitos ao usufruto de suas vontades. Assim, a presente pesquisa propõe-se a investigar: como o enlutamento decorrente do processo progressivo de envelhecimento físico, cognitivo e psicossocial impacta a qualidade de vida, o bem-estar subjetivo e o acesso ao cuidado integral. A partir dessa questão, busca-se investigar a vivência de adultos tardios que lidam com o luto e a solidão decorrentes das limitações ocasionadas pelo envelhecimento progressivo, evidenciando os desafios enfrentados e a invisibilidade social que permeiam essas experiências, utilizando como base a Terapia do Esquema.

2 MATERIAL E MÉTODOS

Este artigo desenvolve uma revisão de literatura com base na análise de publicações científicas veiculadas entre os anos de 2020 e 2025, nas bases de dados PubMed, SciELO e Google Acadêmico. A busca foi realizada em língua portuguesa, utilizando os descritores: “Luto”, “Idoso”, “Limitações”, “Solidão”, “Envelhecimento” e “Necessidades Emocionais Básicas”, combinados pelo operador booleano AND para refinar os resultados.

Para esta revisão sistemática, foram inclusos estudos que abordam: as limitações físicas na terceira idade, o luto do corpo envelhecido na perspectiva do idoso, a solidão e o adoecimento psicológico decorrentes do luto corpóreo. Diante de uma leitura exploratória inicial, foram selecionados nove artigos considerados relevantes para o estudo, os quais foram analisados em profundidade para extrair os principais achados e contribuições teóricas.

Com base nos critérios de inclusão estabelecidos, foi possível delimitar a questão

norteadora desta revisão: investigar a vivência de adultos tardios que lidam com o luto e a solidão decorrentes das limitações ocasionadas pelo envelhecimento progressivo, evidenciando os desafios enfrentados e a invisibilidade social que permeiam essas experiências.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O processo de senescência envolve transformações físicas e emocionais que afetam profundamente a percepção do idoso sobre si mesmo. Segundo Papalia e Martorell (2022) destacam-se dois tipos de envelhecimento: o primário, processo gradual e inevitável de deterioração física que acompanha o decorrer dos anos, e o secundário, resultando de doenças, abusos e maus hábitos. Dessa forma, ambos os fatores se entrelaçam, uma vez que mudanças além do aspecto biológico afetam também a identidade e a percepção social. O envelhecimento, assim, se configura como um processo de luto, não só pela finitude da vida, mas pela perda de um corpo funcional e socialmente valorizado (Sampaio, 2020).

Ademais, em uma sociedade que valoriza a juventude e a produtividade, os idosos frequentemente enfrentam a exclusão social e a perda de pertencimento. Esse isolamento é intensificado quando o indivíduo é afastado da vida ativa ou enfrenta a fragilidade dos vínculos afetivos, especialmente em contextos de institucionalização (Sampaio, 2020). A perda de papéis sociais e simbólicos, por sua vez, requer uma constante elaboração emocional, sendo um dos principais desafios desse período da vida (Bauab e Emmel, 2014 apud Santos; Oliveira e Henriques, 2023).

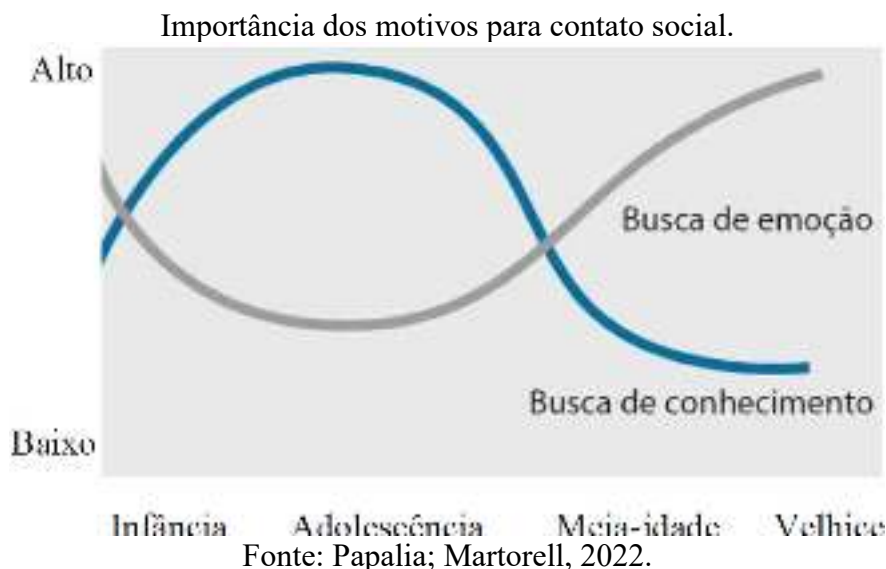
A partir dessas reflexões, é válido ressaltar que o sentimento de luto se caracteriza pelo rompimento do elo entre uma pessoa e seu objeto, sendo um fenômeno inerente ao desenvolvimento humano. No entanto, a angústia após a perda não está necessariamente atrelada ao morrer, mas, às sucessivas perdas enfrentadas ao decorrer do desenvolvimento humano, desde a mais tenra infância. Assim, idosos podem apresentar obstáculos em lidar com tal processo, estando entre eles a inabilidade em falar sobre a dor relacionada à perda. Na vivência do luto, é fundamental que o enlutado seja compreendido em seu direito de autonomia, e dentro das condições apropriadas, possa lançar-se em novas possibilidades de existência (Cavalcanti, 2022).

De acordo com Santos *et al.*, 2024, a solidão, especialmente em idosos não institucionalizados, configura-se como um dos principais fatores predisponentes a transtornos psicológicos, como a depressão. A escassez de redes de apoio sociais, aliada às limitações físicas e à perda de figuras significativas, também, contribui para um esquema emocional fragilizado, causando impacto à saúde mental e ao bem-estar geral. Esses fatores, somados ao contexto de envelhecimento, enfatizam as intervenções em saúde mental dos idosos como fundamentais para a construção de estratégias de cuidado que possam mitigar o sofrimento psíquico e oferecimento de uma qualidade de vida aprimorada.

Sob o mesmo ponto de vista, a senescência impõe transformações nos papéis sociais do indivíduo, havendo a perda de status social, a diminuição de interações familiares e a solidão. Tais aspectos podem aumentar significativamente a carga emocional e psicológica. Outrossim, as questões relacionadas à saúde física, como doenças crônicas, e uma maior exposição a episódios estressantes podem agravar a instabilidade psíquica, tornando essencial a atenção à saúde mental dessa faixa etária. A compreensão das influências à saúde mental dos idosos é, dessa maneira, fundamental para o desenvolvimento de políticas públicas que promovam um envelhecimento mais saudável (Santos *et al.*, 2024).

Em consonância com a Teoria do Comboio Social apresentada em Papalia & Martorell, 2022, proposta por Kahn e Antonucci, as pessoas desenvolvem-se em círculos concêntricos de relacionamentos íntimos, nos quais buscam assistência, bem-estar e apoio social. Ao correlacioná-la à Teoria da Seletividade Socioemocional de Carstensen, os seres irão estabelecer tais relações possuindo, como base, a importância relativa das interações como

fontes de informação, auxílio no desenvolvimento e manutenção de um autoconceito, visando o bem-estar emocional. Dessa forma, é possível visualizar as especializações acerca dos processos físicos, cognitivos e psicossociais como fundamentais à escuta da população senil, que carece de reelaborações existenciais perante as rupturas ocorridas na integralidade de sua constituição.



Ao pôr em evidência o campo das amplas abordagens psicológicas no que diz respeito ao acolhimento de sujeitos senis, vale ressaltar a Terapia do Esquema (TE) enquanto detentora de aspectos integrativos, uma vez que combina elementos das escolas cognitivo-comportamentais, construtivistas, psicanalíticas, gestaltistas, das relações objetais e dos conceitos de apego em um modelo conceitual e de tratamento unificador. O conceito central desta abordagem interventiva baseia-se no significado de Esquemas Iniciais Desadaptativos (EIDs), tidos enquanto padrões amplos e difundidos, compreendendo memórias, emoções, cognições e sensações corporais, relacionadas a si mesmo e aos demais, desenvolvidos durante a infância ou adolescência, elaborados ao longo da vida e disfuncionais em um grau significativo (Heath; Startup, 2023).

O objetivo final da TE é proporcionar aos pacientes uma relação consigo através da modificação de modos, esquemas e estilos de enfrentamento, assim como outros indivíduos que apoiem a satisfação de suas necessidades emocionais básicas. Dessa forma, o psicólogo trabalhará visando o enfoque em Padrões Parentais Positivos (PPPs), os quais direcionam ao sujeito: suprimento emocional e amor incondicional; espontaneidade e abertura emocional; apoio e concessão de autonomia, confiabilidade, valor intrínseco e competência (Heath; Startup, 2023).

É válido associar o estabelecimento de PPPs aos esquemas cristalizados em populações senis e a decorrente manifestação somática individual. É imprescindível, ao intervir com o corpo, um olhar diferenciado às ativações somáticas de um ser que perpassa o enlutamento de um corpo disfuncional perante a sociedade. Assim, formas posturais, gestos, expressões faciais, e movimentações dos olhos devem ser considerados valiosos e manejados cuidadosamente, visando aprofundar as sensações decorrentes do acesso a temáticas sensíveis. Desse modo, agir de acordo com a janela de tolerância do paciente é fundamental para o trabalho seguro e eficaz de focos somáticos (Heath; Startup, 2023).

Heath e Startup (2023) ainda complementam que as atitudes disponíveis em terapeutas do esquema fornecem um espaço seguro para adentrar diferentes elementos da experiência do paciente com curiosidade e aceitação, de modo a respeitar sua reelaboração e respectivas

mudanças vivenciais. Assim, a atuação com o corpo faz-se positiva diante de uma possibilidade de integralização das diversas maneiras de existir de um sujeito biopsicossocial e espiritual.

Logo, evidencia-se a preocupação crescente na falta de apoio adequado ao luto entre os idosos. Como observa Cavalcanti (2022), muitos enfrentam a dor da perda sem acompanhamento apropriado, o que leva ao uso indiscriminado de medicamentos e ao agravamento do sofrimento emocional. A criação de espaços de escuta e acolhimento qualificado torna-se, portanto, essencial para oferecer um suporte mais humanizado e eficaz no enfrentamento dessas perdas.

Assim, o envelhecimento da população exige um planejamento cuidadoso para garantir a qualidade de vida dos idosos. Apesar de estarem cada vez mais inseridos no mercado de trabalho e nas redes sociais, o acesso a cuidados de saúde e políticas públicas ainda representa um grande desafio, agravado pela desigualdade social e pela infraestrutura inadequada (Moura *et al.*, 2023 apud Gonçalves *et al.*, 2023). Em suma, a promoção da saúde mental e a adoção de intervenções como terapias psicológicas e programas de estimulação cognitiva são essenciais para melhorar o bem-estar emocional dos idosos, promovendo um envelhecimento saudável e a manutenção da autonomia (Pereira *et al.*, 2022 apud Gonçalves *et al.*, 2023).

Por fim, enfoca-se que o manejo psicológico especializado em parcelas senis da comunidade pode contribuir para a ampliação de ações voltadas ao trabalho de aspectos globais da saúde tardia, uma vez que o acesso a centros de atendimento físico e às medicações potentes encontram-se insuficientes à chegada do envelhecimento e do pesar decorrente das perdas sofridas. Portanto, é válido pontuar a necessidade urgente de maiores desenvolvimento de estudos e de intervenções práticas voltadas ao trabalho com idosos em detrimento da ausência de profissionais habilitados a adotarem uma perspectiva holística perante a figura senil.

4 CONCLUSÃO

A partir da análise realizada, foi possível evidenciar que adultos tardios lidam com o luto e a solidão de maneira silenciosa e, muitas vezes, invisibilizada, sobretudo quando associados às limitações impostas pelo envelhecimento. A Terapia do Esquema mostrou-se um recurso teórico potente para compreender como esquemas precoces desadaptativos, somados à negligência social e à ausência de espaços de escuta, dificultam a ressignificação do sofrimento e o fortalecimento de uma identidade autêntica na velhice.

Diante desse cenário, torna-se necessário ampliar pesquisas que explorem intervenções clínicas específicas para idosos enlutados, considerando suas particularidades emocionais e existenciais. Além disso, é urgente a reformulação de políticas públicas que integrem o cuidado psicológico ao envelhecimento, promovendo estratégias de acolhimento que contemplem não apenas a longevidade, mas a qualidade subjetiva dessa etapa da vida.

REFERÊNCIAS

BRIEDIS, J.; STARTUP, H. A perspectiva somática na terapia do esquema: o papel do corpo na consciência e na transformação de modos e esquemas. In. HEATH, G.; STARTUP, H. **Métodos criativos na terapia do esquema: avanços e inovações na prática clínica**. Porto Alegre: Artmed, 2023. p. 61-78.

CAVALCANTI, M. B. Luto na terceira idade: uma discussão sobre dificuldades, família e atuação do psicólogo. **Revista Eletrônica da Estácio Recife**, Recife, vol. 7, n. 2, p. 01-13, 2022. Disponível em: <https://reer.emnuvens.com.br/reer/article/view/611>. Acesso em: 30 abr. 2025.

CORREA, M. R.; BARBOSA, L. C.; SILVA, P. G. Processos de luto na velhice: uma revisão

narrativa. In: SAMPAIO, E. C. **Envelhecimento Humano: desafios contemporâneos**. São Paulo: Editora Científica, 2020. p. 229-244.

GONÇALVES, A. C. L.; CANDIDO, A. G. C.; SILVA, O. B. Saúde e qualidade de vida do idoso. **Revista Corpus Hippocraticum**, São Paulo, vol. 2, n. 1, p. 01-09, 2023. Disponível em: <https://revistas.unilago.edu.br/index.php/revista-medicina/article/view/973>. Acesso em: 30 abr. 2025.

LOCKWOOD, G.; SAMSON, R. Compreendendo e atendendo às necessidades emocionais básicas. In: HEATH, G.; STARTUP, H. **Métodos criativos na terapia do esquema: avanços e inovações na prática clínica**. Porto Alegre: Artmed, 2023. p. 79-94.

MONTANDON, A. A. B.; CARRASCOSA, A. C.; RIBEIRO, C.; BASTOS, A. C.; ROMANO, J. V. A interprofissionalidade e sua importância na promoção de saúde do idoso: revisão integrativa. In: SAMPAIO, E. C. **Envelhecimento Humano: desafios contemporâneos**. São Paulo: Editora Científica, 2020. p. 14-48.

PAPALIA, D. E.; MARTORELL, G. **Desenvolvimento Humano**. Porto Alegre: Artmed, 2022.

SANTOS, A. S.; OLIVEIRA, D. P. C.; HENRIQUES, P. J. Revisão integrativa acerca do luto do idoso. **REVISTA M.**, Rio de Janeiro, v. 7, n. 13, p. 156-180, 2022. Disponível em: <https://seer.unirio.br/revistam/article/view/10279>. Acesso em: 30 abr. 2025.

SANTOS, A. T.; GIOVANONI, R. F.; MEIRELES, W. A.; ROCHA, J. S. B. Prevalência de depressão em idosos não institucionalizados: fatores comportamentais e a solidão como determinantes. **Boletim de Conjuntura (Boca)**, Boa Vista, vol. 20, n. 59, p. 500-521, 2024. DOI: 10.5281/zenodo.14790356. Disponível em: <http://www.ioles.com.br/boca>. Acesso em: 30 abr. 2025.