

# OS IMPACTOS PSICOLÓGICOS DA MORTE DE FILHO OU CÔNJUGE NA SAÚDE MENTAL DA PESSOA IDOSA

**Crislay Micaely Crisóstomo Maia**

Discente - Centro Universitário Fametro - Unifametro)  
Crislay.maia@aluno.unifametro.edu.br)

**Aline Gadelha de Almeida Duarte**

(Docente-Orientadora- Centro Universitário Fametro - Unifametro)

**Área Temática:** Processo de Cuidar

**Área de Conhecimento:** Ciências da Saúde

**Encontro Científico:** XII Encontro de Iniciação à Pesquisa

## RESUMO

**Introdução:** O envelhecimento acompanha o desenvolvimento humano e envolve, naturalmente, perdas e elaborações. A pessoa envelhece de forma multidimensional, ou seja, o seu processo vital sofre modificações no aspecto físico, social, cognitivo e psicológico. Dentro desse contexto, salientamos que a pessoa velha pode ser atravessada por mudanças psicológicas quando ocorre a perda de cônjuge ou filho, pois pode impactar a saúde mental, agravando dificuldades características da faixa etária. **Objetivo:** O presente estudo busca discutir os impactos psicológicos da perda de cônjuge ou filho na saúde mental da pessoa idosa, bem como destacar as respostas (recursos de enfrentamento) utilizadas na elaboração do luto. **Metodologia:** Fez-se uma revisão de literatura, exploratória, de base qualitativa, por artigos indexados nas bases Pepsic, Scielo e BVS a partir dos seguintes descritores: luto, viuvez, velhice, cônjuge, filho, saúde mental. **Resultados e discussão:** De acordo com os achados, os impactos psicológicos da morte de cônjuge ou filho são equivalentes no sentido de se tratar da perda de ente querido com o qual a pessoa idosa possui um vínculo importante e com investimento psíquico, causando igualmente implicações na saúde, uma vez que se trata de uma morte definitiva. **Considerações finais:** O processo de luto da pessoa idosa envolve uma série de reações que pode ser mais bem vivenciado de acordo com variáveis subjetivas de enfrentamento.

**Palavras-chave:** luto por morte de filho; luto por morte de cônjuge; viuvez; saúde mental; pessoa idosa.

## INTRODUÇÃO

O envelhecimento envolve uma sucessão de perdas nos âmbitos físico/funcional, social e cognitivo que impactam a saúde da pessoa idosa de maneira multidimensional. No entanto, entre todas essas perdas, o que mais incorre em consequências emocionais negativas é a perda de cônjuge ou filho (Barros; Souza; Fitaroni, 2021), uma vez que, nesse contexto, o processo de luto traz consigo todas as perdas anteriores associadas ao próprio processo de envelhecimento e a presente, intensificando-se de acordo com alguns

determinantes, tais como: as características da personalidade, as experiências prévias da pessoa enlutada, o tipo de apoio recebido (Parkes, 1998; Kóvacs, 1992), a forma de conjugalidade (Turassa *et al.*, 2021; Correa; Barbosa; Silva, 2021), a qualidade do vínculo e o sexo (Oliveira; Lopes, 2008).

Nesse sentido, tais determinantes ressaltam que há diferenças consideráveis na forma como essas pessoas irão responder aos acontecimentos, repercutindo na duração em que cada um vivencia esse processo, mudando assim de pessoa para pessoa.

Não sendo um tipo comum de estresse, o luto enquanto experiência de perda por morte é considerado por Parkes (1998) como uma **Transição Psicossocial** importante que acarreta imposição de mudança significativa de identidade, com gasto de energia e esforço em vista da reorientação interna de pensamentos desorganizados: “Quando alguém morre, uma série de concepções sobre o mundo, que se apoiavam na existência da outra pessoa para garantir sua validade, de repente, passam a ficar sem essa validade” (Parkes, 1998, pos. 109). Nessas circunstâncias, o mundo conhecido quando perde totalmente seu significado, torna-se incompatível com o novo que se apresenta. É como se tudo aquilo que mantinha o mundo interno ordenado e orientado precisasse ser revisto, instalando uma grave e dolorosa crise na própria concepção de identidade da pessoa: “a perda do marido, da mulher ou de um filho, provavelmente, deixam um grande vazio” (Parkes, 1998, pos. 21). Esse fato corrobora com o que diz Silva (2007, p. 27) especificamente sobre a viuvez, referindo-se a ela como uma mutilação: “há um sentimento de perda de si porque tudo o que foi vivido e construído entre os dois se encerra”.

Esse aspecto de Transição Psicossocial, embora não se restrinja somente ao luto, quando atrelado a ele não pode ser ignorado, tanto por que se trata de uma mudança muito grande que ameaça profundamente a segurança existencial da pessoa enlutada quanto reverbera no processo de revisão interna e consequente elaboração da perda. Assim sendo, é comum nesse período que a pessoa fique desarticulada e incapacitada, no que a resistência à mudança no início pode ser considerada uma resposta compreensível aos recém-enlutados (Parkes, 1998). Ainda sobre esse aspecto da Transição Psicossocial, Silva (2007, p. 25) ressalta que o trabalho de elaboração do luto é extremamente árduo “pois o modelo interno do mundo foi radicalmente modificado; é preciso abrir mão da identidade anterior e encontrar uma nova”.

Vimos que o rompimento de um vínculo emocional por morte expressa-se no luto, porém na pessoa idosa ele acentua a consciência da própria finitude, uma vez que há no

processo de envelhecimento humano uma associação com a morte: “A morte [...] está intensamente presente nas transformações que o envelhecimento impõe ao homem” (Cocentino; Viana, 2011, p. 596). Portanto, perdas significativas vivenciadas na velhice configuram-se aterrorizantes e desestruturantes, dado que a pessoa encara de perto a própria finitude (Silva, 2007).

De acordo com Maria Júlia Kóvacs (1992), no processo de luto existe uma correlação direta entre a idade e a capacidade de responder a situações estressantes, o que justifica a necessidade de compreender a interação de determinantes singulares para a elaboração da perda por morte definitiva na velhice. Cumpre entender, nesse aspecto, que as diferentes respostas das pessoas a esses acontecimentos são consideradas normais ou, até certo ponto, estão dentro do esperado, variando de acordo com a fase do ciclo vital: “o luto pode ser uma reação normal, até mesmo esperada, diante do rompimento de uma relação significativa” (Parkes, 1998).

Dessa maneira, como uma reação natural, esperada, o luto não deve ser sempre entendido como um processo patológico (Cocentino; Viana, 2011), passível de acompanhamento terapêutico ou ajuda psiquiátrica, sob o risco de “medicalizar as crises normais da vida e tratar o luto como uma doença” (Parkes, 1998, pos. 10). Assim sendo, dentro dessas condições normais, manifestações adequadas de apoio, acolhimento da família e da comunidade, além da religiosidade podem auxiliar no processo (Silva, 2007; Turassa, 2021).

O presente estudo busca, portanto, discutir os impactos psicológicos da perda de cônjuge ou filho na saúde mental da pessoa idosa, bem como destacar as diferentes respostas (recursos de enfrentamento e estratégias adaptativas) utilizadas na elaboração do luto, pois conforme Silva (2007, p. 35), “as perdas que acontecem nessa época da vida podem ser vividas de maneira mais ou menos desestruturantes, dependendo dos recursos internos que o sujeito vai encontrando para enfrentá-las, assim como as condições oferecidas pela família e pela sociedade”.

Em termos de cultura, pode-se dizer que em nossa sociedade ocidental há pouco espaço para a expressão dos sentimentos, das emoções e dos sintomas que perpassam as perdas (Silva, 2007), sobretudo pelas pessoas velhas, muitas vezes incentivadas pela família a silenciar pensamentos relativos à dor e à morte, forçando-se um rápido ajustamento. Em vista disso, o interesse por pesquisar este tema específico tem que ver com o fato de que o tabu que existe em torno da morte na nossa cultura (Kóvacs, 1992) contribui não só para o silenciamento da vivência de perda envolvida no processo em si

de envelhecimento pela pessoa que envelhece, como interrompe uma expressão considerada essencial, porquanto uma necessidade psicológica de ajustamento. Tal problemática é enfatizada por Coutinho (2014, p. 17), que nos chama a atenção: “a dificuldade de lidar com a própria finitude pode trazer ao idoso uma dificuldade com a perda de pessoas significativas”.

Considerando as repercussões biopsicosocioespirituais de perdas sucessivas ao longo da vida e os impactos de perdas vinculares como muito significativos e potencialmente desencadeadores de sofrimento psíquico na pessoa idosa, este estudo mostra-se socialmente relevante por demonstrar, por meio de revisão de literatura, que há uma escassez de estudos nesse aspecto.

## **METODOLOGIA**

Fez-se uma revisão de literatura, exploratória, de base qualitativa. De acordo com Galvão e Ricarte (2020), a “revisão de literatura é um termo genérico que compreende todos os trabalhos publicados que oferecem um exame da literatura abrangendo assuntos específicos” e segue os seguintes passos: a delimitação da questão; a seleção das bases de dados, a elaboração da estratégia de busca; e, por fim, a seleção dos documentos e a posterior, e não menos importante, sistematização dos resultados.

Os artigos do presente estudo foram indexados nas bases Pepsic, Scielo e BVS, além de TCCs, teses e dissertações em repositórios institucionais. Utilizou-se, para tanto, os seguintes descritores de busca: luto, viuvez, velhice, cônjuge, filho, saúde mental.

Em vista da pouquidão de resultados nas bases de dados e repositórios, incluiu-se no corpus a seguinte obra que é referência no assunto: *Luto: estudos sobre a perda na vida adulta* de Colin Murray Parkes, recurso esse permitido dentro da revisão de literatura que aborda temas pouco estudados (Galvão; Ricarte, 2020).

Os achados abarcam quatro publicações das últimas duas décadas, o que demonstra que no decurso do tempo pouco se estudou a temática. A respeito da morte por filho, apenas o artigo “O processo de luto no idoso pela morte de cônjuge e filho” trata do assunto diretamente, com menções esparsas no restante.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

O processo de luto é definido por Kóvacs (1992, p. 151) como “um conjunto de reações diante de uma perda”. No entanto, vive-se o luto de acordo com os recursos

personais que cada pessoa dispõe, as características da personalidade, os mecanismos de defesa psicológicos, etc.

O luto por morte de cônjuge ou filho na velhice se apresenta como um processo naturalmente complicado, encontrando nessa faixa etária dificuldades particulares. Em relação às reações que os impactos da morte do cônjuge provocam, Oliveira e Lopes (2008), Correa; Barbosa e Silva (2020), Parkes (1998) apontam sentimentos de irritabilidade com aqueles que prestam ajuda ao enlutado como sinal de negação dos fatos, uma vez que a pessoa que ajuda reafirma a perda. Outros fatores também encontrados são: distúrbios do sono e da alimentação, além de reações somáticas (falta de ar, aperto no peito, ansiedade, boca seca) e depressões reativas são parte da elaboração do luto (Kóvacs, 1992, Oliveira; Lopes, 2008). O rebaixamento da autoestima, quando ocorre, pode acentuar o isolamento social, possivelmente aprofundando uma problemática que, em geral, já é presente no envelhecimento. A fragilização do ego pode encontrar na raiva do morto (acusado de abandono) um mecanismo de autoproteção e restabelecimento do ego destruído (Correa; Barbosa e Silva, 2020; Kóvacs, 1992), uma vez que, ao longo da vida conjugal, a identidade de um atrela-se a do outro (Barros; Souza; Fitaroni, 2021).

No caso de “luto antecipatório”, em que o sobrevivente acompanha o processo de morrer da pessoa amada, sentimentos ambivalentes de culpa (desejo de que a morte acabe o sofrimento) e de que a pessoa sobreviva se fazem presentes.

É importante pontuar que as repercussões do luto por morte de filho na pessoa idosa, o sentimento de culpa também existe, com a diferença de que o sobrevivente se culpa por sobreviver ao filho (Oliveira; Lopes, 2008), ou seja, esse sentimento existe porque a pessoa velha entende-se transgredindo uma lei natural da vida. A morte do filho é apontada como causadora de uma grave ferida narcísica, já que, nesse caso, é complicado encontrar um substituto para a libido desinvestida (Oliveira; Lopes, 2008), a partir do que Freud entende por luto, ou seja, reação ao rompimento de um vínculo ao qual havia investimento de energia. A sensação de fracasso ocorre, ainda nesse contexto, devido ao sentimento de impotência dos pais de impedir a fatalidade; reações de aniversário podem suceder, causando profunda dor em forma de sofrimento psíquico.

É relevante pontuar que, guardadas as especificidades de cada luto, a morte do filho pode equivaler à morte do cônjuge no sentido de ser a “perda de uma conexão importante entre um indivíduo e um objeto de grande investimento psíquico” (Turassa *et al.*, 2021). Nesse sentido, os impactos na saúde mental da pessoa idosa são contíguos em ambos os casos, visto que se tratam de “perdas vinculares” (Turassa *et al.*, 2021).

A viuvez na velhice provoca um grande impacto biopsicossocial porque, de acordo com Turassa *et al.* (2021), o fato acarreta mudanças na rotina do enlutado, exigindo muitas vezes redefinição de papéis e busca de nova identidade independente do morto. Nesse cenário, foi verificado que o idoso além de lidar com o estresse da situação desafiadora que impõe ressignificar a vida ante a ausência da pessoa querida (que pode se agravar de acordo com o grau de dependência), pode apresentar sentimentos de tristeza, angústia e solidão, sobretudo quando a vida conjugal foi satisfatória em termos de companheirismo, cumplicidade e afetividade. A forma como o luto será vivenciado, portanto, está diretamente atrelado à qualidade da relação conjugal, podendo ser mais intenso e difícil de acordo com a forma como se construiu a vida afetiva no relacionamento.

Diante de lutos mais difíceis de serem elaborados, o apoio dos amigos, da família e o suporte espiritual em termos de religiosidade foram apontados como formas eficazes de enfrentamento (Turassa, 2021).

Turassa *et al.* (2021) mencionam que as diferenças em relação à elaboração do luto foram encontradas de acordo com o sexo da pessoa enlutada, ou seja, homens e mulheres vivenciam essa experiência de maneiras distintas. Os homens, por exemplo, relatam presença intensa de sentimentos de tristeza e solidão, agravados, muitas vezes, pela relação de dependência mantida. O público masculino foi apontado como o que sofre mais efeitos negativos do luto, estando assim mais vulneráveis para realizarem o enfrentamento necessário.

Em relação ao tempo de luto, os meses iniciais aparecem com maior aumento de sintomatologia depressiva em ambos os sexos (Turassa *et al.*, 2021), conseqüentemente comprometendo a sociabilidade e o convívio. Pensado a longo prazo, o luto compromete mais a saúde mental dos homens (Turassa *et al.*, 2021).

Na viuvez sofre-se abalo em relação ao sentido da vida e o senso de identidade pode ficar comprometido, de maneira que a saúde mental fica dependente de uma melhor resposta elaborativa que, na sua fase de “fuga para adiante” (Caruso apud Kóvacs, 1992), ressignifica a própria identidade, redescobre interesses pessoais, prioridades, desejos e sonhos.

Podemos afirmar que sentimentos associados à perda do cônjuge podem ajudar a evidenciar aspectos importantes sobre a elaboração do luto; saudades advindas das boas lembranças podem auxiliar no processo de reestruturação da vida após a perda. No entanto, se a saudade desencadeia uma melancolia pode ser um “possível indicador de luto prolongado e ainda não elaborado” (Turassa *et al.*, 2021).

Convém afirmarmos ainda que o processo de luto seja uma experiência singular, compreende-se que na velhice o luto por morte de cônjuge ou filho seja uma experiência agravada por uma sucessão de perdas anteriores relativas ao próprio envelhecimento e que, nesse contexto, “quanto maior o investimento afetivo, maior será a energia para o desligamento” (Correa; Barbosa; Silva, 2020).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Viu-se que a morte de cônjuge ou filho provoca um grande impacto psicológico na pessoa idosa, uma vez que o vínculo com o morto se rompe de forma definitiva, configurando-se como uma “vivência da morte em vida” (Kovacs, 1992) que desencadeia uma série de reações diante da perda.

Ressalta-se que o processo de luto não é linear e varia de acordo com a experiência subjetiva do sobrevivente, portanto, os resultados encontrados neste estudo não podem ser generalizados, uma vez que ele mescla dados da literatura e dados de pesquisas de campo que, por si sós, estão limitados a suas amostras. Além disso, é preciso considerar que os impactos psicológicos na saúde mental da pessoa idosa que perde seu cônjuge ou filho precisa ser pensado equacionando o tempo da perda e o processo de elaboração, elementos que variam de acordo com algumas condições subjetivas e o tipo de luto. Nesse sentido, o estudo é limitado porque não contempla outros determinantes, como condições socioeconômicas, por exemplo, nem explora aspectos do luto patológico.

Pela relevância do tema e a quantidade de resultados encontrados, pode-se avaliar que há escassez de estudos tratando de lutos por vínculos significativos (onde há investimento afetivo), no caso de luto por morte de cônjuge ou filho. Luto por morte de filho foi encontrada menção em apenas dois resultados deste corpus, o que ressalta a necessidade de mais pesquisas na área de Psicologia sobre o assunto.

Uma vez que dados demográficos demonstram crescimento da população idosa no Brasil devido à longevidade, faz-se necessário compreender não só o processo do luto na velhice, mas sobretudo o luto por perda de um ente querido com o qual a pessoa idosa possuía vínculo significativo.

## REFERÊNCIAS

BARROS, Jackeline Oliveira; SOUZA, Lediomara Francisca; FITARONI, Juliana Batista. **O processo de luto na velhice após a perda do cônjuge**. Orientadora: Juliana

Batista Fitaroni. 2021. TCC (Graduação) – Curso Psicologia, Centro Universitário UNIVAG, Mato Grosso, 2021.

CORREA, Mariele Rodrigues; BARBOSA, Lara Cruvinel; SILVA, Pedro Gonçalves. Processos de luto na velhice: uma revisão narrativa. *In: Envelhecimento humano: desafios contemporâneos*. São Paulo: Científica Digital, 2020.

COCENTINO, Jamille Mamed Bomfim; VIANA, Terezinha de Camargo. A velhice e a morte: reflexões sobre o processo de luto. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 14, n. 3, p. 591-600, 2011.

COUTINHO, Daniella Franco. **O processo de luto do idoso pela morte do cônjuge: memórias, emoções e vidas que seguem**. 2014. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Federal do Pará. Belém, 2014.

GALVÃO, Maria Cristiane Barbosa; RICARTE, Ivan Luiz Marques. Revisão sistemática da literatura: conceituação, produção e publicação. **LOGEION: Filosofia da informação**, Rio de Janeiro, v. 6, n. 1, p. 57-73, set. 2019/ fev. 2020.

KOVÁCS, Maria Júlia. Morte, separação, perdas e o processo de luto. *In: Morte e desenvolvimento humano*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1992.

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**, Maringá, v. 13, n. 2, p. 217-221, abr./jun. 2008.

PARKES, Colin Murray. **Luto: estudos sobre a perda na vida adulta**. São Paulo: Editora Summus, 1998.

SILVA, Janaina Corazza Barreto. **Desenvolvimento humano na velhice: um estudo sobre as perdas e o luto entre mulheres no início do processo de envelhecimento**. 2007. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade de São Paulo – USP. São Paulo, 2007.

TURASSA, N. G. *et al.* Análise do processo de luto pela perda do cônjuge na velhice. **Colloquium: Health and Education**, Mooça (SP), v.1, n. 2, p.01-22, 2021.