

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO - UNIBRA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

BRUNA SANTANA DE LIMA
DÉBORA KAROLAYNE SILVA RIBEIRO
RAMISSAYANE ALVES MARTINS

**NARRATIVAS DO PROCESSO DO LUTO SIMBÓLICO
NA PESSOA IDOSA**

RECIFE/2023

BRUNA SANTANA DE LIMA
DÉBORA KAROLAYNE SILVA RIBEIRO
RAMISSAYANE ALVES MARTINS

NARRATIVAS DO PROCESSO DO LUTO SIMBÓLICO NA PESSOA IDOSA

Trabalho de conclusão de curso apresentado à
Disciplina TCC II do Curso de Bacharelado em
Psicologia do Centro Universitário Brasileiro -
UNIBRA, como parte dos requisitos para conclusão
do curso.

Orientador(a): Dra. Flávia de Maria Gomes Schuler.

RECIFE/2023

Ficha catalográfica elaborada pela
bibliotecária: Dayane Apolinário, CRB4- 2338/ O.

L732n Lima, Bruna Santana de.
Narrativas do processo do luto simbólico na pessoa idosa/ Bruna
Santana de Lima; Débora Karolayne Silva Ribeiro; Ramissayane Alves
Martins. - Recife: O Autor, 2023.

20 p.

Orientador(a): Dra. Flávia de Maria Gomes Schuler.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Centro Universitário
Brasileiro – UNIBRA. Bacharelado em Psicologia, 2023.

Inclui Referências.

1. Envelhecimento. 2. Luto simbólico. 3. Psicologia. I. Ribeiro,
Débora Karolayne Silva. II. Martins, Ramissayane Alves. III. Centro
Universitário Brasileiro. - UNIBRA. IV. Título.

CDU: 159.9

RESUMO

O envelhecimento na atualidade é algo que vem sendo comumente na sociedade, devido ao aumento da longevidade. O que se entende por envelhecimento, como se dá esse processo e de que forma passar por essa fase de uma forma saudável, são temas tratados neste texto. O luto envolve aspectos físicos, psicológicos e sociais, que devem ser levados em consideração na totalidade, validando os sentimentos envolvidos nesse processo a fim de encontrar meios para ser ressignificado. Este trabalho tem como objetivo compreender as implicações do luto simbólico no processo de envelhecimento. Mais especificamente, busca-se entender como ocorre o processo de envelhecimento; compreender como significam as perdas subjetivas na velhice; e identificar quais aspectos dessa fase configuram o luto simbólico. Usa como metodologia uma revisão narrativa de literatura, onde foram utilizados um site, um jornal, duas revistas, um livro e doze artigos científicos, que foram encontrados no Google Acadêmico, plataformas como PePsic e SciELO. Os resultados evidenciam a importância da psicologia para a elaboração, de forma coletiva e individual, à vivência do luto simbólico e esse processo pode resultar em ganhos psíquicos. Conclui-se que o envelhecimento é algo subjetivo do indivíduo, e que nem todos envelhecem da mesma forma, mas considera-se importante refletir sobre os aspectos que englobam essa fase, pois, é necessário desconstruir o estigma que associa o envelhecimento à perda de utilidade, doença e morte, provocando uma visão negativa, discriminações e exclusões sociais, o que dificulta ainda mais a elaboração do luto.

Palavras-chave: Envelhecimento; luto simbólico; psicologia.

ABSTRACT

Aging today is something that has become common in society, due to increased longevity. What is meant by aging, how this process occurs and how to go through this phase in a healthy way, are topics covered in this text. Grief involves physical, psychological and social aspects, which must be taken into consideration in their entirety, validating the feelings involved in this process in order to find ways to give new meaning. This work aims to understand the implications of symbolic mourning in the aging process. More specifically, we seek to understand how the aging process occurs; understand what subjective losses mean in old age; and identify which aspects of this phase constitute symbolic mourning. The methodology uses a narrative literature review, where a website, a newspaper, two magazines, a book and twelve scientific articles were used, which were found on Google Scholar, platforms such as PePsic and SciELO. The results highlight the importance of psychology for the elaboration, collectively and individually, of the experience of symbolic mourning and this process can result in psychic gains. It is concluded that aging is something subjective to the individual, and that not everyone ages in the same way, but it is considered important to reflect on the aspects that encompass this phase, as it is necessary to deconstruct the stigma that associates aging with loss of usefulness, illness and death, causing a negative view, discrimination and social exclusion, which makes mourning even more difficult.

Keywords: Aging; symbolic mourning; psychology.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	7
2 OBJETIVOS	10
2.1 Objetivo geral	10
2.2 Objetivos específicos	10
3 REFERENCIAL TEÓRICO	10
3.1 Envelhecimento	10
3.2 Luto	11
3.3 Identificação da psicologia no processo de luto simbólico	13
4 DELINEAMENTO METODOLÓGICO	15
5 RESULTADOS E DISCUSSÃO	15
5.1 Processo de envelhecimento	16
5.2 Luto e as perdas subjetivas	18
5.3 Contribuições da psicologia nesta fase	19
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS	22
REFERÊNCIAS	23

1 INTRODUÇÃO

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (2005) a população idosa é constituída por pessoas com 60 anos de idade ou mais, sendo este limite válido para países em desenvolvimento e a expectativa é que até 2025 o Brasil será o sexto país do mundo com maior número de pessoas idosas. Dados divulgados pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE (2023) feito através da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínuas - PNADC, ressalva que a população nacional vem apresentando um contínuo envelhecimento. Com isso, em dez anos o número de pessoas com 60 anos ou mais passou de 11,3% para 14,7% da população brasileira (IBGE, 2023).

O envelhecimento é um processo gradativo que contém mudanças físicas e do funcionamento psicológico. Sendo assim, essa fase da vida pode culminar em perdas físicas, sociais e cognitivas a qual exige uma elaboração emocional das pessoas idosas visando uma adaptação saudável às mudanças provenientes dessa fase. As mudanças que ocorrem nessa fase do envelhecimento podem ser consideradas parte do luto simbólico, que são as perdas que ocorrem ainda em vida, ou seja, as perdas significativas.

Diante disso, o trabalho dispõe-se do seguinte problema: Quais implicações psicológicas à vivência dessa fase e a relação que o luto simbólico pode ocasionar na vida da pessoa idosa? Com a chegada do envelhecimento, é comum que muitas pessoas idosas não aceitem o atual momento em que estão vivendo, pois, começam a enfrentar algumas limitações nas atividades da vida diária. No entanto, se o indivíduo, devido à falta de informações ou não, na juventude não tiver mantido uma rotina saudável, na velhice pode-se acarretar problemas e enfrentar mudanças nos aspectos físicos, psíquicos e também diversos fatores como as perdas que vão ocorrendo ao longo da vida (CANCELA, 2007).

Perdas essas, que podem-se citar como a mudança de familiares para lugares mais distantes, perdas de entes queridos, aposentadoria compulsória que pode acarretar no afastamento de suas atividades laborais e produtivas, o enfrentamento da viuvez e até mesmo o distanciamento que a vida moderna provoca. Também pode-se considerar a dependência de outras pessoas, como cuidadores, por exemplo, para o auxílio em atividades do cotidiano. Todos esses pontos citados,

estão relativamente ligados ao enfrentamento do luto simbólico nessa fase de envelhecimento (BESSA et al., 2008).

Essas perdas também poderão ser encaradas como parte do luto quando forem consideradas que houve perda da utilidade. Com a chegada da aposentadoria, o sofrimento emocional por sentir a inexistência da atividade que exercia no ambiente de trabalho e afazeres domésticos é muito eminente e também a pouquidade da mobilidade, que outrora conseguia-se executar, com agilidade e resistência (COLL et al., 2004).

A saúde que por escolhas do passado, pode começar a afetar e surgir doenças, até mesmo na viuvez por perder o cônjuge ou pessoas próximas. Então, com a possibilidade de perdas bruscas e da autonomia, muitas pessoas idosas acabam não aceitando a sua nova realidade. Então, é nesse momento onde ocorrem as perdas subjetivas, quando a partir dessa nova realidade que está sendo experienciada existe aquele sentimento de perda.

Na contemporaneidade existe um indúctil estereótipo das pessoas com idade acima de 60 anos, consideradas popularmente como mais velhas (COLL et al., 2004). Foi criado uma imagem que a pessoa idosa não tem autonomia, que não cuida mais da sua aparência física e que não é mais independente. Portanto, o estereótipo que foi criado pode contribuir negativamente para essa auto-imagem. O idadismo ou etarismo - preconceito ou discriminação com base na idade - é um exemplo dos estereótipos que são criados de forma negativa com a população idosa (BODNER, 2009). Mas, os esforços para combater esse paradigma estão cada vez mais fortes e as pessoas idosas são cada vez menos tratadas como pessoas desamparadas.

As influências normativas relacionadas com idade estão ligadas a fatores que afetam o desenvolvimento psicológico com um vínculo muito forte com a idade, permitindo que ao conhecer a idade de uma pessoa, tenhamos condições de fazer previsões razoavelmente certas sobre alguns de seus processos evolutivos (COLL; MARCHESI; PALÁCIOS, 2008, p.373).

A chegada dessa idade é comumente considerada a última fase da vida. Logo, se imagina um ser humano de cabelos grisalhos, sentado em uma cadeira de balanço, com netos e com bastante dificuldade de se locomover ou verbalizar, sendo claramente uma influência normativa. Por certo que, “o estereótipo é uma representação social sobre os traços típicos de um grupo, categoria ou classe social” (AYESTERAN e PÁEZ, 198 apud MARTINS et al., 2004, p. 249).

“Na sociedade moderna as pessoas mais velhas tendem a ter um status muito mais baixo” (HELMAN, 2005 apud SCHNEIDER et al., 2008 p. 587), pois atualmente o melhor status é de uma pessoa que tem autonomia, independência e desempenha um papel social. Uma realidade de muitos idosos, que também deve-se salientar, é que a estrutura familiar dentro de casa, a hierarquia que antes a pessoa de autoridade era essa mãe, pai ou até mesmo os avós, esse papel social passa a ser terceirizado devido à nova realidade, essas mudanças muitas vezes podem ser motivos de conflitos, já que a pessoa que ocupava esse perfil de autoridade há décadas, precisará ser representada por outra e que muitas vezes são pelos seus próprios filhos, ou até mesmo seus netos.

Esse ciclo pode ser experienciado por várias décadas, e dependendo do contexto onde se esteja inserido, pode ser encerrado de forma inesperada ou não. Essa conjuntura pode se mostrar até mesmo em diferentes situações, que de alguma forma o que antes era vivenciado diariamente, precisa-se finalizar. Deve ser levado em conta que a pessoa que teve essa ocupação interrompida, pode passar pelo processo do luto, já que para ela será uma perda, e poderá passar por esse momento de uma forma não aceitável.

Diante do que foi exposto, o trabalho traz a relevância da temática do luto simbólico na pessoa idosa, visando evidenciar a importância de olhar para o desenvolvimento desse público e contribuir para o conhecimento acerca do que ocorre ao longo dessa fase. Pouco se conhece os processos do luto, principalmente do luto simbólico presente na vida da pessoa idosa. Portanto, ao observar os grandes desafios que a população dessa faixa etária enfrenta, considera-se importante exprimir as implicações psicológicas, como também os impactos presentes provocados pelas perdas subjetivas.

O envelhecimento é um processo e é de extrema importância que seja vivência de uma maneira produtiva, saudável e com qualidade de vida considerando os aspectos físicos, sociais e psicológicos que os cercam. Portanto, para buscar atender a essa questão, o presente trabalho tem como objetivo compreender o processo de envelhecer e quais aspectos relacionados ao luto simbólico são pertinentes a esta fase.

Visto isso, para o desenvolvimento deste trabalho foi utilizado procedimentos de revisão de literatura com registros científicos sobre o tema, localizados na biblioteca da própria unidade de ensino superior e também através de artigos

científicos publicados no Google Acadêmico, sites e plataformas como PePsic e SciELO.

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivo geral

Compreender as implicações do luto simbólico no processo de envelhecimento.

2.2 Objetivos específicos

2.21 Entender como ocorre o processo de envelhecimento;

2.22 Compreender como significam as perdas subjetivas na velhice;

2.23 Identificar na perspectiva da psicologia quais aspectos dessa fase configuram o luto simbólico.

3 REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 Envelhecimento

“A velhice foi durante muito tempo considerada como um fenômeno relacionado ao desgaste do organismo” (NERI & FREIRE, 2000 apud DARDENGO et al., 2018, p.15). E essa visão negativa, ainda é muito presente na sociedade associando essa fase ao fim, percas, doenças e situações ruins.

O preconceito está presente até mesmo na nomenclatura, “entre os termos mais comuns estão: terceira idade, melhor idade, adulto maduro, idoso, velho, meia-idade, maturidade, idade maior e idade madura” (NERI & FREIRE, 2000 apud SCHNEIDER et al., 2008, p. 588). Essas nomeações ainda são um estigma, algumas literaturas tentam romantizar utilizando os termos: idoso, melhor idade, entre outros, pois o estereótipo de ser velho é associado a algo que não serve mais, tornando esse processo do envelhecimento ainda mais difícil de ser aceito pela sociedade.

Entretanto, para garantir melhorias e conseqüentemente diminuir o preconceito, houve uma alteração no Projeto de Lei nº 3.646, de 2019, que altera a Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003 na expressão “idoso” para “pessoa idosa”, essa modificação é um ponto importante, mesmo parecendo simples faz toda

diferença em como a sociedade possa vir a enxergar a pessoa idosa como indivíduo que tem seu papel e é digno de respeito na sociedade.

O envelhecimento é um acontecimento normal, e o que definirá a maneira como o indivíduo vai experienciar essa fase é o que ele fez com os anos vividos. E, é possível identificar que os indivíduos envelhecem pelas diferentes idades: “idade biológica, de idade social e de idade psicológica, que podem ser muito diferentes da idade cronológica” (FONTAINE, 2000 apud CANCELA, 2007, p.2).

- Biológica: representa a idade funcional do corpo, ou seja, a idade dos órgãos. Está ligada ao estilo de vida que o indivíduo escolheu ter;
- Social: atribui ao desempenho de papéis sociais e expectativas referente a pessoas de determinadas idades e em determinados grupos sociais ou culturais;
- Psicológica: é reconhecida através das competências comportamentais, incluindo, as capacidades cognitivas, intelectuais e as motivações;
- Cronológica: refere-se ao tempo que o ser humano passou desde o nascimento, é a idade que é contada em dias, meses e anos.

“As divisões cronológicas da vida do ser humano não são absolutas e não correspondem sempre às etapas do processo de envelhecimento natural” (SAN MARTÍN et al., 1996 apud SCHNEIDER et al., 2008, p.589). Portanto, não existe um consenso sobre o que se nomeia velhice, por qual idade ou até mesmo a ordem em que o envelhecimento inicia.

Ao que se faz necessário ressaltar que assim como todos os outros estágios da vida, cada indivíduo vivencia de uma maneira própria. Assim, “uma considerada como sucessão de perdas e outra que assume a vida como um estágio de observação e equilíbrio” (SIMÕES, 1998 apud DARDENGO et al., 2018, p.3). Ou seja, enquanto para uma pessoa pode ser uma fase de perdas em diversos aspectos biológico, social e psicológico, para outra pode ser uma fase de experiências positivas, aproveitando as escolhas de qualidade que foram feitas no passado e agora são desfrutadas de maneira saudável e com vigor.

3.2 Luto

A morte é um fato biológico, mas ela também apresenta aspectos históricos, culturais, sociais, psicológicos, éticos, entre outros. Tanto a morte, quanto a perda,

são experiências universais, ou seja, em qualquer lugar, momento histórico e qualquer cultura passa por experiências de morte e perdas. No entanto, existem fatores que irão diferenciar essa experiência, como por exemplo, no contexto cultural existem costumes diferentes, na forma de recordação, a expressão da dor, dentre outros fatores.

De acordo com cada momento histórico, havia uma forma diferente de vivenciar a morte e o luto. Na Grécia antiga, por exemplo, os corpos dos heróis eram queimados publicamente como sinal de honra. Já na lei ortodoxa judaica, a cremação é proibida, pois existia a crença de que os mortos iriam se levantar para o Juízo Final (AUSUBEL, 1964 apud PAPALIA et al., 2013).

Ainda que a finitude humana seja uma certeza universal, diversos estudos apontam que tanto os sentidos para a experiência da morte e do luto, quanto para o envelhecimento variam de uma sociedade para outra, colocando assim estes momentos como algo que é construído socialmente. Desta forma, consideramos aqui a finitude da vida biológica como um processo individual, cujos sentidos para tal experiência são construídos a partir das relações sociais que estabelecemos (MORIN, 1997; RODRIGUES, 2006; ARIËS, 2014; KELLEHEAR, 2016 apud CORREIA et al., 2021, p. 231).

No final do século XIX, grandes mudanças históricas ocorreram envolvendo a morte e o morrer, sendo o principal foco os países industrializados. Os avanços da medicina e no saneamento básico, os novos tratamentos que foram surgindo, resultaram na revolução da mortalidade. As mulheres, por exemplo, hoje estão menos propensas a morrer durante o parto, como ocorria bastante na antiguidade. Os bebês também estão mais propensos a chegar no seu primeiro ano de vida, os adultos jovens alcançar a velhice e as pessoas idosas, geralmente conseguem superar as doenças que antes cresceram vendo que eram doenças fatais. Doenças como pneumonia, gripe, tuberculose, entre outras, eram as doenças que afetavam crianças e jovens nos anos de 1900. Em média três quartos dos óbitos nos Estados Unidos ainda ocorrem entre pessoas de 65 anos ou mais, e quase metade dessas mortes são causadas por doenças cardíacas, AVC e câncer, que são as três principais causas de mortes no final da idade adulta (XU et al., 2004 apud PAPALIA et al., 2013).

Johansson (2004) e outros grandes estudiosos, trazem em seus estudos as mudanças físicas e cognitivas que precedem a morte. Pessoas com idade em torno de 100 anos, que já estão próximo do atual limite de vida humana, tendem a experimentar declínios funcionais, a perder o interesse pelo ato de comer e beber e a

morrer de morte natural. Esse declínio terminal está ligado a um declínio nas capacidades cognitivas, que são observadas pouco antes da morte (WEATHERBEE e ALLAIRE, 2008 apud PAPALIA et al., 2013).

A psiquiatra Elisabeth Kubler-Ross (1969, 1970) desenvolveu cinco estágios da dor da morte e luto, através de estudos com pacientes terminais. Sendo eles: (1) negação (“Isso não pode estar acontecendo comigo”); (2) raiva (“Por que eu?”); (3) barganha (“Se pelo menos puder viver até minha filha casar, não vou pedir mais nada”); (4) depressão (“pode haver afastamento das pessoas de seu convívio e de atividades que davam prazer”) e por fim (5) aceitação (“quando consegui seguir em frente”). Ela também propôs que pode-se haver uma progressão nos sentimentos de pessoas que estão diante de uma perda iminente (KUBLER-ROSS, 1975).

Morrer, assim como viver, é uma experiência individual. Kubler-Ross (1975) também ressalta em seus estudos acerca dos cinco estágios, que nem todas as pessoas passam pelos cinco estágios e não necessariamente na mesma sequência. Uma pessoa, por exemplo, poderá oscilar pelos estágios de raiva e depressão, ou passar pelos dois ao mesmo tempo. Como também, para uma pessoa a negação ou a raiva podem ser uma maneira mais saudável de enfrentar a morte do que a aceitação tranquila.

3.3 Identificação da psicologia no processo de luto simbólico

Para o enfrentamento do luto no envelhecimento é de suma importância o apoio de uma rede familiar, o ambiente onde esse sujeito está inserido pode contribuir significativamente sua passagem pelo processo do enlutamento, por ser considerada a última fase da vida humana onde é marcada por várias situações de perdas, mudanças de fases, de visão da auto-imagem e fechamentos de ciclos. “O aporte familiar e social pode ser um importante recurso de intervenção capaz de criar arranjos para se chegar à elaboração da perda de forma saudável” (RODRIGUES, 2015, p.7).

Os grupos sociais onde somos introduzidos desde o nascimento e no decorrer da vida, juntamente com o ambiente onde estamos inseridos trazem experiências que nos formam como pessoas, nossos comportamentos e pensamentos críticos.

Assim sendo, o convívio social do idoso exerce grande importância no seu momento de luto, mas esse olhar de cuidado também deve e pode ser praticado por amigos, profissionais da saúde e pessoas com quem se possua vínculo afetivo (CAVALCANTI, 2022, p.7).

É no contexto das relações sociais que a constituição dos sujeitos acontece, sendo esta resultante da apropriação da cultura em seus diversos aspectos. “Essa apropriação, por sua vez, é marcada pelas características dos grupos sociais dos quais os sujeitos fazem parte e dos lugares sociais que ali assumem” (ZANELLA et al., 2002, p. 213).

A perda do luto simbólico é referente ao sentimento que é direcionado para algo, aquilo que tem simbolismo para si, não sendo necessário fazer sentido para o outro, mas sim para nós mesmos. Isso abrange uma ampla gama de áreas, incluindo objetos, situações, relações, familiares, estado civil, ciclos de amizades. Em ambos os casos, o luto é a resposta do sujeito à perda (FUKUMITSU, 2018).

O luto está ligado ao conhecimento humano, pois só sentimos a perda quando temos consciência do que aquilo significa para nós mesmos. Essas vivências podem influenciar o sujeito como algo invisível, sem curvas, sem limite; É a solidão causada pela ausência do contato com o outro (FUKUMITSU, 2018).

Passar pelas fases do luto é muito significativo, vivenciá-las é fundamental, não necessariamente todos os indivíduos passarão por todos os estágios, mas normalmente experienciam no mínimo dois.

Estes não ocorrem necessariamente nessa ordem, mas é comum que o sujeito passe por pelo menos dois deles, ocorrendo ainda casos onde o enlutado se encontra estagnado num único estágio, por um longo período e às vezes a vida inteira (TAVERNA & SOUZA, 2014 apud SOARES et al., 2017).

Essas etapas são fixas do processo, mas não indica que todo idoso deverá perpassar por todos estágios e nem na mesma ordem, é levado em consideração a subjetividade do sujeito, fazendo essa ligação, faz com que se entenda o tipo de comportamento atual, já que cada fase tem suas especificidades.

A psicologia é uma das principais ciências colaboradoras para a elaboração do luto, é uma das ferramentas mais utilizadas para a defrontação do enlutado. Segundo Ramos (2016), o papel do psicólogo é fundamental na medida em que ajuda a pessoa enlutada a lidar ou encarar a perda de forma adaptativa e ajustada, propiciando uma reorganização das crenças acerca de si mesmo e do mundo.

4 DELINEAMENTO METODOLÓGICO

O método utilizado para o presente trabalho foi de revisão narrativa de literatura, que possui caráter amplo e que não possui uma delimitação de tempo cronológico, tratando sobre o desenvolvimento do assunto em evidência e podendo contribuir para a identificação de lacunas de conhecimento para subsidiar a realização de novas pesquisas (VOSGERAU et al., 2014). E no caso deste artigo, a ênfase no seguinte tema: narrativas do luto simbólico na pessoa idosa.

As palavras-chaves utilizadas para a pesquisa foram: envelhecimento, luto simbólico e psicologia. Onde foram encontrados aproximadamente 55 artigos científicos, porém, foram selecionados apenas os que atendiam aos critérios de inclusão, bem como: somente artigos empíricos e/ou teóricos, publicados no idioma português, textos que abordassem a psicologia relacionada com o tema em evidência, textos que estavam em evidência o processo de desenvolvimento da pessoa idosa. Também foram buscados livros que abordassem assuntos voltados às palavras-chaves citadas.

Para os artigos que não foram utilizados, foram aplicados os seguintes critérios de exclusão: textos que não possuíam temas semelhantes ao do trabalho em questão e textos em inglês.

Após os critérios estabelecidos, foram utilizados para os resultados e discussão do trabalho um site, um jornal, duas revistas, um livro e doze artigos científicos, que foram encontrados no Google Acadêmico, plataformas como PePsic e SciELO.

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para a construção da discussão foram encontrados 55 artigos e depois de aplicados os critérios de inclusão e exclusão, foram utilizados um site, um jornal, duas revistas, um livro e doze artigos científicos. A partir deles foram levantados os seguintes pontos para discussão que será baseada nos seguintes tópicos:

5.1 Processo de envelhecimento

Esclarecer o processo de envelhecimento se faz necessário, pois, é uma fase em que todo ser humano que chegar a idade de 60 anos ou mais irá percorrer por fazer parte das etapas do desenvolvimento. E, em consideração ao processo que se dá para chegar a essa fase de uma forma mais saudável, tendo em vista que algumas consequências podem ser causadas ao longo do processo.

As mudanças acontecem de maneiras diferentes, podendo ser a ausência de papéis sociais, a perda de parentes e amigos, da independência e da autonomia, o que pode vir a influenciar na autoestima, provocando angústias, medo, tristeza e sofrimento psíquico. Por isso, é importante promover a psicoeducação que os levem a ter um envelhecimento mais saudável, pois entende-se que a qualidade do envelhecimento tem relação com as escolhas que o indivíduo fez no passado.

Alves et al. (2021) aponta que foram realizados estudos que classificaram o envelhecimento em três aspectos: psicológico, biológico e social. Ainda segundo a autora, no aspecto psicológico é a angústia da morte, em como elaborar as perdas sejam elas reais ou simbólicas. No aspecto biológico destaca-se as alterações no corpo, como a perda da elasticidade, diminuição da força muscular, aparição de cabelos brancos, redução da capacidade auditiva e visual. No aspecto social, refere-se ao tratamento nas relações e papéis sociais, sejam elas no ambiente familiar ou de trabalho que a pessoa idosa é tratada como inválida.

O envelhecimento traz consigo desafios, todavia os desafios acontecem assim como em qualquer outra fase da vida, mas buscamos estudar como a pessoa idosa tem enfrentado tudo isso, pois o crescimento dessa faixa-etária na população está acontecendo de forma perceptível, devido ao aumento da longevidade e a diminuição das taxas de fecundidade.

De acordo com Dardengo et al. (2018), a velhice é vista pela sociedade como uma fase de deterioração e que o próximo passo seria a morte. Sendo esta uma visão negativa, tornando ainda mais difícil a adaptação para essa nova fase gerando no indivíduo rejeição ao identificar em si as marcas do envelhecimento.

No entanto, a velhice não pode estar associada somente a perdas pois, as experiências adquirida ao longo dos anos terá ganhos que só pessoas que chegaram a esta etapa vão ter. Mas, os motivos que levam a essa recusa depende

da experiência do indivíduo com a velhice e de como a pessoa idosa é tratada. Por isso, a psicologia exerce o papel fundamental para promover a pessoa idosa satisfação e qualidade de vida no processo em que as mudanças transcorrem no envelhecimento (ALVES et al., 2021).

Neri e Cachioni (1999 apud DARDENGO et al., 2018) declara que viver é adaptação ou possibilidade de auto-regulação ao meio, podendo ser biológico, psicológico e social. De fato, o indivíduo ao se auto-regular desenvolve habilidade de maturidade, é resiliente e consegue se adaptar aos acontecimentos da vida, ajudando também seu bem-estar físico, social e mental, que é muito importante nesse processo e precisa ser levado em consideração.

Segundo Beauvoir (1990 apud DARDENGO et al., 2018), para compreender o momento inicial da velhice é necessário considerar o conjunto de fatores que implicam nos aspectos biopsicossociais, ou seja pelas diversidades de culturas, épocas, crenças e outros fatores que influenciam na vivência de cada indivíduo. Assim, para compreender melhor essa fase, é necessário entender que o processo do envelhecimento é complexo, cada um vivencia de uma forma e não é perceptível o momento em que as mudanças são iniciadas.

Dando ênfase a esta faixa etária, no Brasil, por exemplo, foram criados estatutos e leis voltados a essa parte da população. O Art. 10 do estatuto do idoso assegura que é “obrigação do estado e da sociedade garantir o direito da pessoa idosa [...] como pessoa humana e sujeito de direitos civis, políticos, individuais e sociais, garantidos na constituição e nas leis.” E em Pernambuco, há quase três décadas foi criado o Conselho Estadual dos Direitos do Idoso em Pernambuco - CEDPI/PE focado em garantir as leis e os direitos.

Portanto, diante do que foi exposto pode-se dizer que não existem fatores determinantes para o envelhecimento e nem todos envelhecem da mesma forma. Para Bee (1997 apud SCHNEIDER et al., 2008) pessoas que têm a idade cronológica acima de 60 anos podem ter mais vigor do que outras com pouca idade. Portanto, identificamos o processo de envelhecimento através das habilidades funcionais das pessoas.

5.2 Luto e as perdas subjetivas

Segundo Cassorla (1992 apud CUSTÓDIO, 2008) a morte está presente em nossas vidas de maneiras variadas e a morte física será a última, mas ao longo de nossa trajetória, a autora considera que teremos mortes parciais ou totais nas áreas somáticas, mental ou social. Mortes essas que se interpenetram em nossa totalidade, considerando-as como “micromortes da vida cotidiana”.

Diante disso, é importante salientar que o luto não é apenas diante da morte, ele se dá diante de qualquer perda, as quais são vivenciadas ao longo da vida. Então, vale ressaltar que existem dois tipos de perdas: a perda real e a perda simbólica. A perda real são perdas tangíveis, é a ausência física, como por exemplo a morte em si, a perda de um membro do corpo, entre outros. Já a perda simbólica, são perdas da natureza psicossocial, como por exemplo, as perdas de quando se atinge a idade adulta.

Essas perdas, assim como sua elaboração são importantes para o desenvolvimento humano. Dessa forma, podem-se considerar como perdas simbólicas a mudança de familiares para lugares mais distantes, aposentadoria compulsória que pode acarretar no afastamento de suas atividades laborais e produtivas, como também o afastamento de amigos, o enfrentamento da viuvez e até mesmo o distanciamento que a vida moderna provoca. A síndrome do ninho vazio, também é um fator importante e que pode estar presente, onde os pais vivenciam o sentimento de luto, quando seus filhos saem de casa e vão construir sua independência, podendo provocar sentimentos de melancolia, solidão e tristeza. Também pode-se considerar a dependência de outras pessoas, como por exemplo os cuidadores, para o auxílio em atividades do cotidiano. Todos esses pontos citados, estão relativamente ligados ao enfrentamento do luto simbólico nessa fase de envelhecimento (BESSA et al., 2008).

De acordo com Heredia (2014, apud BARBOSA, 2021) a dependência e dificuldade de cuidar da própria existência, faz com que essas pessoas idosas se sintam infantilizadas. Principalmente quando ao longo da sua vida, ele cumpria esse papel de cuidador. Então, ao ver a perda de sua autonomia e independência, gera sentimentos e sensações de impotência, solidão, entre outros. Mas, depende da história de cada indivíduo, de como ele viveu as outras fases de sua vida e como ele se depara com a nova realidade.

As perdas que ocorrem ao longo da vida, como de papéis sociais, sua função no âmbito familiar, com a entrada da aposentadoria, entre outros, exige da pessoa idosa um trabalho de adaptação da nova realidade que ele estará vivenciado. Pois, trata-se de perdas que serão experienciadas e que podem apresentar um impacto significativo na saúde e bem-estar subjetivo do indivíduo.

Existem alguns fatores que dificultam a elaboração do luto, sejam em perdas reais ou simbólicas, como por exemplo, o desequilíbrio financeiro, essa pessoa idosa que antes era considerado o provedor do lar tem medo de deixar a família sem nada, quando essa pessoa idosa era acostumado a cuidar de outras pessoas, ele tem uma dificuldade maior em aceitar que outras cuidem dele, e isso pode interferir no processo de doença.

Um artigo que trata sobre “O luto antecipado diante da consciência da finitude: a vida entre os medos de não dar conta, de dar trabalho e de morrer” buscou compreender a visão de pessoas idosas diante da morte. Os resultados mostram que existe um paradoxo entre o desejo de continuar vivo e o medo de envelhecer. Esse medo de envelhecer está justamente ligado aos lutos que são experienciados na velhice, as incapacidades que enfrentarão e a proximidade da morte (GIACOMIN et. al, 2013).

Sendo assim, através desse estudo realizado é possível observar no relato dessas pessoas idosas o desejo de ser jovem pelo fato de se ter o vigor da juventude, por ter as habilidades físicas mantidas, por ter ocupação, entre outros, e o receio da velhice pela perdas que são enfrentadas ao longo dessa fase, as incapacidades e com a aproximação do fim da vida. Trazendo a velhice como uma fase de decadência e improdutividade. Mas, vale ressaltar que embora não se tenha o mesmo vigor que quando jovem, até mesmo o apoio social e familiar, a velhice pode ser vivida de forma produtiva, com qualidade de vida e desempenho físico e cognitivo.

5.3 Contribuições da psicologia nesta fase

Diante do que foi exposto ao longo deste trabalho, e no marco dos 20 anos do Estatuto da Pessoa Idosa (Lei nº 10.741/2003), se faz necessário tanto à sociedade quanto à Psicologia a reflexão sobre os direitos dessa população, garantindo o envelhecimento saudável a essas pessoas por meio de cuidados voltados a saúde

mental (BRASIL, 2003).

Vale ressaltar, que essa não é uma questão que pode ser evitada, e sim prevista e trabalhada, é um processo que necessita que seja vivenciado para que esse ciclo seja fechado ou ressignificado. “É importante não banalizar o sofrimento pelo luto, nem trazer técnicas “anti sofrimento”, mas valorizar o momento do luto como inevitável, sendo por isso merecedor de atenção” (CAVALCANTI, 2022, p.3).

A intervenção da psicologia tem um grande papel psicoterápico para ocorrer a passagem pelo processo do luto simbólico de forma saudável. É uma das principais ferramentas que com sua sinergia pode direcionar o caminho que deve ser percorrido, a defrontação psicoterápica é imprescindível para alívio da dor e sofrimento do enlutado.

As táticas terapêuticas, objetiva o avanço no processo de luto e das estratégias de formas variadas, diferentes abordagens da psicologia produziram e produzem ferramentas ao longo da história da ciência que são eficazes para o processamento da estruturação do luto. O acolhimento, a forma que essas pessoas idosas são recepcionadas é essencial para início do processo e a relação terapêutica, fundamental para o sucesso do luto adequado (GUIMARÃES et al., 2022).

O primeiro passo para o enfrentamento do luto na psicologia, é o acolhimento, a escuta é o principal instrumento dessa profissão. A psicoterapia permite que o espaço de encontro para cada sessão seja o ambiente do seu cliente, que ele se sinta à vontade e acolhido, entender que a dor dele está sendo percebida, a ponte que precisa ser construída para a passagem, ao longos dos encontros terapêuticos. Uma das abordagens da psicologia é a Gestalt terapia, onde os psicólogos utilizam das suas técnicas fazendo-as de ferramentas para a retomada de consciência de seus clientes que vão em busca de ajuda profissional.

A Gestalt-terapia enquanto prática clínica, visa estabelecer um espaço de acolhimento humanizado, otimizando o processo de contato do paciente com a demanda em evidência. Contudo, para que esse processo flua é necessário que se tenha tempo a dedicar, bem como um espaço adequado e as condições necessárias para que se possa entregar-se à vivência plena do processo terapêutico, abrindo espaços para as novas experiências, e tornar-se protagonista do seu processo de contato (FONSECA, 2003 apud SOUSA et al., 2016).

A fronteira de contato é o momento onde se estar diante daquilo que é novo, seja suas emoções, uma situação, pensamentos, pessoas e até mesmo em um

antigo evento o qual você tem a possibilidade de agir de formas diferentes, é o contato com o estranho. “A fronteira do "eu" é a fronteira daquilo onde o contato é possível. Trata-se de toda a amplitude de possibilidades de contato com os quais a pessoa está livre e disposta a se envolver” (SOUSA et al., 2016, p.266).

O contato é uma das técnicas que podem ser utilizadas para elaboração do luto, faz com que o enlutado tenha contato com suas emoções, que ele tenha uma autoconsciência plena dos sentidos que está vivenciando no momento de forma geral. Funções motoras, sensoriais e cognitivas que se conectam, são os nossos sentidos, o paladar, ver, ouvir e falar, tudo que podemos fazer com o externo, com o que está ao nosso redor.

Estar em contato com o estranho, para a pessoa enlutada, com o que está em seu meio, pode propiciar a awareness, isto é, quando temos a tomada de consciência de algo presente, a nossa percepção do externo e interno, como todo, no aqui e agora. “Assim, o estar no aqui-e-agora equivale a uma postura de conscientização de si, que é a pedra angular da abordagem gestáltica” (MESQUITA, 2011, p.62).

A visão holística permite que o enlutado tenha uma visão do todo, de forma ampla, não apenas das partes, percebendo apenas o sofrimento, mas do todo, como a situação, pessoas envolvidas, sua relação e interação com o meio que está inserido. Essa percepção traz a possibilidade de torná-los conscientes, de onde estão e em que situação estão, buscando a compreensão do ponto de vista do enlutado. “A visão holística do homem, o qual é concebido como ser biopsicossocial, sempre em interação com seu meio e o contexto vivenciado. Ser responsável por si mesmo é um aspecto importante para a Gestalt” (FREITAS et al., 2020, p.7).

Por conseguinte, o lutooso entendendo seu atual momento emocional, direciona para que ele tenha consciência como essas emoções surgiram e quais são suas origens. “A maneira como a pessoa se torna consciente é crucial para qualquer investigação fenomenológica. O fenomenologista estuda não somente a awareness pessoal, mas também a awareness do próprio processo” (YONTEF, 1998, p.16).

Facilitar a tomada de consciência do aqui e agora, da teoria de motivação, que são as necessidades e significados que temos individualmente, chegando na auto-regulação, onde o ser humano se auto regula, ou seja, a terapia conduzirá até o enlutado possa se autorregular de uma forma saudável. Desse modo, “requer atenção e intervenção psicológica, visto que o psicólogo é um grande facilitador do

processo de luto” (CUSTÓDIO, 2005 apud SIQUEIRA et al., 2020, p. 347).

Pode observar-se que a psicoterapia do luto permite as subseqüentes modificações durante o processo: A desopressão, reduzir ou eliminar os sintomas; Alterações relacionadas às questões emocionais devido a situação atual; Adaptar-se a situações inovadoras, aumentando a compreensão sobre temáticas voltada ao psique; Restaurando, melhorando ou autorregulando a autoestima, visando o aumento de possibilidades para a futuridade (WORDEN, 1991 apud SANTOS et al. 2014).

De modo geral, o enfrentamento do luto ao ser vivenciado é perpassado por fases, mas quando o luto é mal elaborado o sujeito pode vir a adoecer. Dessa forma, entende-se que a psicologia contribui desde os primórdios com a sua ciência, realizando a elaboração do luto, para que o mesmo passe de forma saudável, reconhecendo e ressignificando seus sentimentos, sofrimentos e perda, para conseguir continuar experienciando a vida com sua realidade. “O processo do luto é fundamental para que o enlutado consiga transitar em todas as etapas desse caminho doloroso, a fim de ressignificar sua perda” (MARTINS et al., 2014, p. 36).

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Há muitos fatores associados ao processo do envelhecimento: fatores biológicos, psicológicos e sociais. Existe uma correlação entre estes fatores e é importante que o profissional, bem como a própria pessoa idosa, seus familiares e cuidadores tenham uma percepção ampla para que assim consiga promover o bem-estar, considerando que o estilo de vida dos anos anteriores influenciam na conquista da longevidade saudável em todos os âmbitos.

O presente trabalho almejou instigar reflexões acerca do processo de luto simbólico na perspectiva da pessoa idosa, visto que situações de perdas rotineiras, aparentemente simples, como aposentadoria, necessidade básicas, ouvir e se locomover, precisar da ajuda de terceiros para concluir suas atividades, não são reconhecidas socialmente como questões que abrange o luto simbólico.

Por isso, após pesquisas realizadas através da metodologia de revisão narrativa de literatura, escolhida por sua possibilidade de não delimitação de tempo de estudo, no qual facilitou observamos dificuldades em encontrar pesquisas científicas atualizadas voltadas ao luto simbólico e as fases do envelhecimento

através do olhar da psicologia, apesar do envelhecimento ser uma temática em que a atenção dos pesquisadores têm se inclinado, mas falta destrinchar a complexidade do tema.

Sendo assim, como proposta para pesquisas futuras sugere-se mais detalhamento em relação a mudanças habituais não vista como perdas diárias devido a experiências bem ou mal sucedidas e que podem acarretar o processo de enlutamento. Pois, acredita-se que por meio das pesquisas é dada visibilidade às demandas negligenciada a este público.

É chegado a conclusão que, o luto não se limita a morte, mas a todas as relações afetivas construídas ao longo do tempo, e quando acontece o rompimento desse vínculo, seja ele social, familiar, psíquico, físico, de modo geral o enfrentamento do luto ao ser vivenciado é perpassado por algumas fases, mas quando o luto é mal elaborado o sujeito pode adoecer. Assim, uma má estruturação dessa fase, pode desencadear questões acerca da saúde mental, estagnado em uma das fases do processamento do luto, ocasionando que essa Gestalt permaneça em aberto, trazendo consequências negativas para vida do enlutado.

Entretanto, foi observado que a psicologia abre possibilidades de ressignificar questões, situações e sentimentos, através do contato do meio com o ambiente, ocasionando em uma boa elaboração do luto e por conseguinte manter a qualidade da saúde mental do sujeito.

Por fim, esse estudo trouxe positivas contribuições para a sociedade, rede familiar e indivíduos em particular, devido a dados e estatísticas apresentadas anteriormente, visando que essa parte da população idosa vem aumentando significativamente nos últimos dez anos. Dessa forma, é imprescindível que essa temática seja destrinchada nos próximos estudos científicos.

REFERÊNCIAS

ALVES, K. S; TRINDADE, S. C; DA ROCHA, F. N. Atuação do psicólogo no processo de envelhecimento. **Revista Mosaico**, v.11, n.1, p. 99-104,2021. Disponível em: <<https://doi.org/10.21727/rm.v12i1.2265>>. Acesso em: 25/09/2023.

BARBOSA, J. **Terceira idade**: luto simbólico no processo de envelhecimento. 2021. Disponível em:<<https://sis.unileao.edu.br/uploads/3/PSICOLOGIA/P1479.pdf>> Acesso em: 22/05/2023.

BESSA, M. E. P; SILVA, M. J. Motivações para o ingresso dos idosos em instituições de longa permanência e processos adaptativos: um estudo de caso. **Texto & Contexto - Enfermagem**, 17(2), p. 258–265, 2008. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0104-07072008000200006>>. Acesso em: 20/03/2023

BODNER, E. Sobre as origens do preconceito de idade entre adultos mais velhos e mais jovens. **International Psychogeriatrics**, V21(6): P.1003-14. Cambridge University, 2009. Disponível em:<<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19619389/>>. Acesso em: 10/03/2023.

BRASIL. **Lei n 10.741, 1º** de outubro de 2003. Dispõe sobre o Estatuto da Pessoa Idosa e dá outras providências. (Redação dada pela Lei nº 14.423, de 2022). Diário Oficial da União, 03 out. 2003. Disponível em:<https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/l10.741.htm>. Acesso em: 05/10/2023.

CANCELA, D. M. G. O processo de envelhecimento. **Trabalho realizado no Estágio de Complemento ao Diploma de Licenciatura em Psicologia pela Universidade Lusíada do Porto** 3.1, 2007. Disponível em: <<https://psicologia.pt/artigos/textos/TL0097.pdf>>. Acesso em: 27/04/23.

CAVALCANTI, M. B. Luto na terceira idade: uma discussão sobre dificuldades, família e atuação do psicólogo. **Revista Eletrônica da Estácio Recife**, v. 7, n. 2, 2022. Disponível em: <<https://reer.emnuvens.com.br/reer/article/view/611>>. Acesso em: 22/10/2023.

COLL, C; MARCHESI, Á; PALÁCIOS, J. **Desenvolvimento Psicológico e Educação: Psicologia evolutiva**. Vol.1º, ed.2. p.390-437. São Paulo: ARTMED EDITORA, 2004.

CORREIA, M; BARBOSA, L; SILVA, P. **Processos de luto na velhice: uma revisão narrativa**. 2021. Editora científica digital. p. 229-244. cap. 16. Disponível em: <<https://downloads.editoracientifica.com.br/articles/210303789.pdf>>. Acesso em: 21/10/2023.

CUSTÓDIO, E. M. Maria Julia Kovács: uma pesquisadora refletindo sobre a morte. **Boletim academia paulista de psicologia**, v. 33, n. 85, p. 243-253, 2013. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/bapp/v33n85/a03.pdf>> Acesso em: 21/10/2023.

DARDENGO, C. F. R; MAFRA, S. C. T. Os conceitos de velhice e envelhecimento ao longo do tempo: contradição ou adaptação?. **Revista de Ciências Humanas**, vol. 18, n. 2, jul./dez. 2018. Disponível em:<https://periodicos.ufv.br/RCH/article/view/8923/pdf_1>. Acesso em: 27/04/23.

ESTATUTO DO IDOSO: **lei federal nº 10.741**, de 01 de outubro de 2003. Brasília, DF: Secretaria Especial dos Direitos Humanos, 2004. Disponível em: <<https://www.gov.br/mdh/pt-br/centrais-de-conteudo/pessoa-idosa/estatuto-da-pessoa-a-idosa.pdf/view>>. Acesso em: 20/10/2023.

FREITAS, M. C. F; MARQUES, V. Awareness na gestalt-terapia e terapia assistida por equinos. **Revista Valore**, [S.l.], v. 5, p. e-5057,2020. ISSN 2526-043X. Disponível em: <<https://revistavalore.emnuvens.com.br/valore/article/view/702>>. Acesso em: 21/10/2022.

FUKUMITSU, K. O. **Vida, morte e luto: atualidades brasileiras**. São Paulo: Summus Editorial, 2018.3. Disponível em: <https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=VtReDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT4&dq=+FUKUMITSU,+K.+O.+Vida,+morte+e+luto:+atualidades+brasileiras.+S%C3%A3o+Paulo:+Summus+Editorial.+2018.3.&ots=wC-czX5lqz&sig=S69NQB21jOUHlKw_oQXcLRewNgl#v=onepage&q&f=false>. Acesso em: 10/10/2023.

GIACOMIN, K. C; SANTOS, W. J; FIRMO, J. O. A. O luto antecipado diante da consciência da finitude: a vida entre os medos de não dar conta, de dar trabalho e de morrer. **Ciência & Saúde Coletiva**, v.18, n.9, p. 2487- 2496, 2013. Disponível em:<<https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/handle/icict/30013/O%20luto%20antecipad%20o.pdf?sequence=2&isAllowed=y>> Acesso em: 21/10/2023.

GUIMARÃES, L. A; MARINHO, Y. E. A; PIMENTEL, A. R. F. O luto na separação: contribuições da psicologia para o seu enfrentamento. 2022. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 1. Disponível em: <<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/38831/32495/426364>>. Acesso em: 16/05/2023.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Dados do IBGE revelam que o Brasil está envelhecendo. São Paulo: **Jornal da USP**, 2023. Disponível em:<<https://jornal.usp.br/radio-usp/dados-do-ibge-revelam-que-o-brasil-esta-envelhecendo/#:~:text=Em%20dez%20anos%2C%20o%20n%C3%BAmero,milh%C3%B5es%20de%20idosos%20no%20Pa%C3%ADs.>>>. Acesso em: 12/09/2023.

MARTINS, M; LIMA, P. V. A. Contribuições da Gestalt-terapia no enfrentamento das perdas e da morte. **IGT rede**, Rio de Janeiro , v. 11, n. 20, p. 01-39, 2014. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1807-2526201400010002&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 03/10/2023.

MARTINS, R. M. L; RODRIGUES, M. L. M. Estereótipos sobre idosos: uma representação social gerontofóbica. **Millenium**, p. 249-254, 2004. Disponível em: <<http://hdl.handle.net/10400.19/576>>. Acesso em: 13/05/2023.

MESQUITA, G. R. O aqui-e-agora na Gestalt-terapia: um diálogo com a sociologia da contemporaneidade. **Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies**, v. 17, n. 1, p. 59-67, 2011. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/pdf/3577/357735615009.pdf>>. Acesso em: 21/10/2022.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Envelhecimento ativo: uma política de saúde. Brasília: **Organização Pan-Americana da Saúde**, 2005. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf>. Acesso em: 13/03/2023.

PAPALIA, D; FELDMAN, R. **Desenvolvimento Humano**. 12ª ed. Porto Alegre, ARTMED EDITORA, 2013.

RAMOS, V. A. B. O processo de luto. **Revista Psicologia**, v. 12, n. 1, p. 13-24, 2016. Disponível em: <<https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1021.pdf>>. Acesso em: 15/09/2023.

RODRIGUES, V. M. A. Uma revisão da literatura acerca do processo de elaboração do luto no sistema familiar e os manejos usados por psicólogos nesse contexto. **Psicologia. pt o portal dos psicólogos**, v. 5, 2015. Disponível em: <<http://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0996.pdf>>. Acesso em: 22/09/2023.

SANTOS, G. C. et al. Perguntas frequentes sobre morte e luto. **Quatro Estações Instituto de Psicologia**, 2014. Disponível em: <https://www.4estacoes.com/perguntas_freq_sobre_morte_e_luto.asp>. Acesso em: 15/05/23.

SCHNEIDER, R. H; IRIGARAY, T. Q. O envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais. **Estudos De Psicologia (campinas)**, 25 (Estud. psicol. (Campinas), 2008 25(4)), 585–593. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0103-166X2008000400013>>. Acesso em: 06/03/2023.

SIQUEIRA, A. C; AZEVEDO, D. F. "Terapia do Luto: intervenções clínicas na elaboração do processo de luto. **Revista Farol** 9.9 (2020): 341-355. Disponível em: <<https://revista.farol.edu.br/index.php/farol/article/download/154/180>>. Acesso em: 15/05/23.

SOARES, L. G. A; CASTRO, M. M. LUTO: colaboração da psicanálise na elaboração da perda. **Revista Psicol Saúde e Debate**. Dez., 2017:3(2): 103-114. Disponível em: <<http://psicodebate.dpgpsifpm.com.br/index.php/periodico/article/view/167/116>>. Acesso em: 10/05/2023.

SOUSA, L; ERIDAN, E. M. O processo de luto na abordagem gestáltica: contato e afastamento, destruição e assimilação. **IGT rede**. 2016. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1807-25262016000200006>. Acesso em: 16/05/2023.

VOSGERAU, D. S. A. R; ROMANOWSKI, J. P. Estudos de revisão: implicações conceituais e metodológicas. **Revista Diálogo Educacional**, Curitiba, v. 14, n. 41, p. 165-190, 2014. Paraná. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/pdf/1891/189130424009.pdf>>. Acesso em: 25/09/2023.

YONTEF, G. M. **Processo, diálogo e awareness: ensaios em Gestalt-terapia**. Summus Editorial, 1998. Disponível em: <<https://books.google.com.br/books?id=32wrxZ6soz4C&lpg=PA13&ots=C4wupjYmnx&dq=awareness%20gestalt%20gary%20m&lr&hl=pt-BR&pg=PA13#v=onepage&q=awareness%20gestalt%20gary%20m&f=false>>. Acesso em: 20/09/2023.

ZANELLA, A. V; LESSA, C. T; DA ROS, S. Z. Contextos grupais e sujeitos em relação: contribuições às reflexões sobre grupos sociais. **Psicologia: reflexão e crítica**, v. 15, p. 211-218, 2002. Disponível em <<https://doi.org/10.1590/S0102-79722002000100022>>. Acesso em: 25/09/2023.