



11

peessoas

são afetadas diretamente por uma morte; no país, durante a pandemia, estima-se mais de 600 mil enlutados

15

anos

é o impacto estimado que o luto pela pandemia de Covid-19 pode ter na vida das pessoas

APOIO CIDADÃO

AÇÃO

Segundo a Urbam (Urbanizadora Municipal S.A.), de São José dos Campos, suas equipes da funerária e dos cemitérios foram preparadas para oferecer atendimento especial às famílias, com cuidados redobrados nas abordagens. Os profissionais explicam todos os procedimentos mais detalhadamente com o atendimento humanizado que já é peculiar nos atendimentos funerários

ral. A gente sofre por quem a gente ama; por quem foi importante na vida da gente; por alguém que tem uma presença muito significativa na nossa vida. O luto é uma resposta ao rompimento desse vínculo”, afirmou a psicóloga Paula Magalhães Marques, coordenadora do Serviço de Psicologia Hospitalar e membro da equipe de Cuidados Paliativos do Hospital viVale.

“Quando você não tem a possibilidade de se despedir do seu ente querido, de uma pessoa que você ama muito, futuramente pode trazer um luto que chamamos de ‘luto complicado’. É importante trabalhar a família de um ponto de vista emocional e sugerir um acompanhamento posterior para esse processo”, continuou ela.

APOIO.

Para Cloves Amorim, é preciso deixar claro que o luto não é uma doença, embora o novo DSM - V (Manual de Diagnós-

tico e Estatístico de Transtornos Mentais), de 2013, tenha entre os sofrimentos psíquicos o processo do luto.

“Isso nos permite acatar que algumas pessoas enlutadas poderão evoluir para o luto crônico, adiado ou ainda inibido”, alertou o psicólogo. “O luto demanda espaços protegidos adequados para que os enlutados possam manifestar a sua dor, receber consolo, falar sobre o falecido, realizar homenagens”, disse.

Assim, para mitigar os efeitos da falta de um “adeus”, tradições são reinventadas. Reuniões presenciais passam a ser on-line.

“Percebendo a importância desses rituais, sugerimos que tais cerimônias passem a ser virtuais como forma de gerar conexão nesse momento. Assim, criamos um guia para ajudar as pessoas a organizarem as despedidas”, informou Almeida. (veja mais na próxima página).

No entanto, não se pode dizer

que há uma superação do luto. Nesse caso, segundo especialistas, ocorre uma adaptação da condição.

“Nós trabalhamos para que ocorra uma assimilação da perda de forma menos dramática. Porque o luto agudo pode trazer impactos secundários e terciários. Por exemplo, um abuso de bebidas alcoólicas, um descuido de si mesmo. E isso pode arrastar por muito tempo. Estima-se que sofreremos impactos desse período nos próximos 15 anos. Agimos então para reduzir o dano na vida emocional das pessoas”, alertou Erika.

Especialistas são unânimes em informar: o mais importante é que ninguém passe por esse momento sozinho. Envie mensagens, cartas, telefonemas, faça videochamadas, mas não deixe de comunicar para outras pessoas o que está sentindo.

OVALE se solidariza com todos os que perderam seus entes queridos. ■

OV AL E