



UNIVERSIDADE | INSTITUTO DE
CATÓLICA | CIÊNCIAS DA SAÚDE
PORTUGUESA

Mestrado em Cuidados Paliativos

A VIVÊNCIA DO LUTO EM PESSOAS COM ORIENTAÇÃO SEXUAL DIFERENTE

UC 5 – O luto e o apoio a familiares

Aluno – Alberto Paulo Madureira Mendes, nº 192408018

Lisboa
2008/2009

INTRODUÇÃO

No âmbito do mestrado em Cuidados Paliativos, para a Unidade 5 – “O luto e o apoio a familiares”, decidi debruçar-me no luto em pessoas com orientação sexual diferente.

Neste sentido, a escolha do tema deve-se à experiência prática que tenho, visto acompanhar algumas pessoas nestas situações. Optei por desenvolver a vivência do luto nestes indivíduos para, por um lado, poder aprofundar um pouco mais esta realidade e, por outro, ajudá-los da melhor forma possível.

Na actualidade penso que é grande a pertinência deste tema, pois olhando o contexto social em que vivemos e as constantes mudanças sociais vemos, cada vez mais, novas necessidades. Sente-se a cada instante a importância de apoio e de respostas actuais e adequadas a cada situação concreta.

O desafio, neste âmbito e tendo em conta esta temática, é grande. Ainda que o luto seja uma realidade muito idêntica e comum a todos, e ao mesmo tempo única, há pessoas que, pela sua identidade pessoal ou condição existencial, o vivenciam de uma forma muito peculiar.

Assim, depois de uma pequena abordagem geral sobre o luto, tentarei, de seguida, desenvolver, tanto quanto possível, a vivência do luto nesta realidade escolhida, quer do ponto de vista teórico, quer reflexivo, tendo como apoio alguma bibliografia sobre esta temática.

Tendo em conta, em cuidados paliativos, a perspectiva integral da pessoa humana com todas as suas necessidades, o trabalho contemplará uma visão do sujeito na íntegra, como um todo, em que a atenção do cuidador deve ser sempre global.

A VIVÊNCIA DO LUTO EM PESSOAS COM ORIENTAÇÃO SEXUAL DIFERENTE

O luto, sendo definido como uma reacção característica a uma perda bastante significativa (1), é, sem dúvida, uma realidade constrangedora que engloba toda a pessoa humana nas suas diversas dimensões (2). Toda a pessoa na sua integridade fica afectada, pois é algo que mexe profundamente com tudo aquilo que o indivíduo é, tem e sente.

As perdas, sendo elas de ordem física, social, emocional, psicológica, intelectual e espiritual (1) marcam tão fortemente a pessoa na sua totalidade que o sofrimento não é apenas parcial, mas sim global, ou seja, uma «dor total» (3), sentida e vivida profundamente, apelando por uma atenção igualmente integral.

É evidente que a vivência das perdas, ainda que comuns a todos, são, no entanto, vividas de forma única, pois cada pessoa tem o seu processo de luto, em que vive cada fase de uma forma muito pessoal. As fases do choque, da desorganização ou da organização dependem de vários factores (1), como a causa da perda, como aconteceu, como foi vivida a perda, a personalidade da pessoa, o ambiente e todo o acompanhamento realizado durante o processo.

Por vezes, o percurso da realização do luto também pode não correr da melhor maneira, podendo-se tornar em luto complicado ou patológico e exigindo, assim, uma intervenção mais específica e constante. Vários são os factores de risco que podem levar a estes tipos de luto que, aliás, se forem detectados com antecedência poderão eventualmente ser melhor tratados (1).

Nestas circunstâncias, intervir nos processos de luto implica formação e muita mestria, pois esta realidade é muito exigente e requer muita maturação humana e integridade pessoal de quem cuida. No contexto de cuidados paliativos, em que os lutos se podem antecipar e ser vividos com antecedência, tanto a família como os profissionais de saúde deparam-se com uma dura e exigente missão, uma vez que há um contacto directo com a finitude humana. Por tudo isto, para se ser “cuidador” é preciso ter bem integrada e aceite até a própria morte (4).

A vivência do luto é, assim, muito pessoal e íntima, mas conta sempre com uma dimensão de partilha de tudo aquilo que a pessoa está a experimentar e que precisa de expressar ou comunicar com

os outros, de forma a poder ser ajudada para crescer na aceitação da realidade que está a viver.

No aspecto anterior reside o cerne da questão deste trabalho, uma vez que a vivência do luto nas pessoas com orientação sexual diferente, para além do enorme sofrimento, é acrescida do facto de muitas vezes terem de viver o luto na solidão e no anonimato, sobretudo quando não há aceitação.

John J. McNeill, nas reflexões que faz sobre o luto, em relação a estas pessoas, refere exactamente a grande solidão e desespero que têm muitas vezes de suportar pelo simples facto de terem uma orientação sexual diferente e, por isso mesmo, não serem aceites dessa forma. Tudo isto causa um grande isolamento e também muito sofrimento quando têm de viver o luto de alguém e não podem partilhar a dor que sentem (5).

Pode-se salientar que a vivência do luto nestas pessoas poderá ser muito mais árdua e, por vezes, levar a lutos complicados e até patológicos, isto quando não há abertura e aceitação, quer da família e do meio envolvente, quer até do próprio, em que a pessoa é obrigada a viver sozinha um drama tão cruel sem o poder partilhar com outros.

Há tempos um jovem, que tinha perdido outro jovem que amava, dizia-me: *«a minha vida perdeu todo o sentido; ninguém sabe, nem podem saber. Já estou assim há algum tempo, vivi tudo isto sozinho, apenas Deus sabe o que eu tive de viver... não o desejo a ninguém»*. Este é, assim, o exemplo de alguém que tem de viver no anonimato pela sua orientação sexual, pois nem as famílias sonham com esta realidade, e que ao viver uma situação de luto só lhe resta o desespero da solidão.

De facto, a vivência do luto destes indivíduos, como aliás em tantos outros casos complicados, ainda que não reconhecidos como tal, demonstra um elevado nível de sofrimento que requer uma relação de ajuda muito especial e, por vezes, longa. Como refere Rafael Lora González, (6) demoramos nove meses para a gestação de um filho, e pelo menos outros nove para dizer adeus aos nossos entes queridos. É, na verdade, um caminho longo de integração e maturação pessoal.

Nesta realidade, vê-se claramente que o apoio espiritual ou religioso pode ser uma grande ajuda para estas pessoas. Muitas procuram socorro e alívio dirigindo-se ao transcendente, ou expressando também manifestações religiosas que lhes possam assegurar mais paz e bem-estar para toda a sua pessoa. Acompanhar estas pessoas exige, sem dúvida, um incondicional respeito e aceitação, de forma a contribuir para uma maior integração humana saudável (7).

Contudo, não podemos ignorar que, neste campo da sexualidade, nem sempre a espiritualidade ou a religião tem conseguido ajudar da melhor forma, fruto ainda de uma determinada mentalidade discriminadora. Por vezes, deparamo-nos ainda com pessoas a sofrer por não se sentirem totalmente aceites e livres de expressar abertamente os sentimentos do luto que estão a viver. O peso que estes indivíduos carregam continua a ser bastante árduo e alguns têm ainda de aguentar sozinhos toda esta situação (8).

A vivência do luto em pessoas com orientação sexual diferente é, assim, muito mais agreste e difícil de se realizar como percurso normal, pois a dimensão social, tão importante e útil no contexto de ajuda, que pode passar por exemplo pela partilha colectiva do luto (5), fica aqui à mercê de uma eventual e possível vivência privada, muitas vezes na solidão e num “existir sem sentido”.

No contexto de cuidados paliativos, um dos aspectos que poderá auxiliar é a possibilidade das pessoas enlutadas terem ajuda sem a pedirem (2), pois sendo uma realidade tão peculiar e específica, em que a atenção à pessoa que sofre tende a ser sempre global, já favorece, por si mesmo, este acompanhamento que integra todas as dimensões da pessoa humana.

Assim sendo, acompanhar estas pessoas na vivência do luto exige bastante perspicácia para entender mais além do que aquilo que está visível. O objectivo é tentar-se perceber o sofrimento muitas vezes oculto da pessoa e, ao mesmo tempo, ter-se uma capacidade de abertura e de aceitação incondicional do ser humano com toda a sua história, pois toda necessita de ser aceite nas suas dimensões para conseguir, de forma equilibrada, crescer numa verdadeira e autentica felicidade interior (9).

Podemos imaginar o que é viver um luto, por exemplo, quando é proibido visitar o cadáver ou acompanhar as cerimónias fúnebres de quem se amava e partilhava a vida de muitos anos (5). E ainda o facto de não se poder partilhar toda essa dor com outra pessoa! É uma realidade dura, é claro, mas que, com a ajuda atenta e especializada do cuidador, poderá ser bastante atenuada.

Estamos perante uma problemática actual, que merece uma profunda reflexão (10). Como dizia inicialmente, a pertinência em reflectirmos sobre este tema é cada vez mais real (11) e urgente, porque encontramos, com frequência, pessoas a sofrer, nas nossas unidades de saúde ou no domicílio, por não

se sentirem totalmente integradas e acolhidas, sobretudo quando têm de passar por algumas fases mais complicadas, como é, por exemplo, neste caso, a vivência do luto em que a própria pessoa tem de se sentir participante da própria “cura”.

Daniel Sampaio, no seu livro *Vagabundos de Nós (12)*, mostra-nos o que poderá ser a dura vivência de uma identidade sexual no que toca à vida quotidiana das relações humanas com tudo o que isso implica. As pessoas acabam por se sentir feridas e magoadas à espera de uma ajuda libertadora que possa intervir desde o mais íntimo e lhes possa restituir a vida e a saúde integral, tão essencial para o equilíbrio pessoal.

Para os indivíduos que estão a sofrer perdas difíceis de suportar e ultrapassar, a ajuda empática (13) é crucial e fundamental para uma possível manutenção ou saída do sofrimento. O facto de se ter alguém para partilhar já é um passo para suportar muita dor. Os cuidadores, estando atentos à história pessoal da pessoa que sofre, de uma forma personalizada e de profunda aceitação, podem, de facto, ser mais eficientes na intervenção de ajuda.

Ao acompanhar estas pessoas no luto, além da formação e abertura necessárias, é também muito importante que o sujeito se sinta bastante integrado e maduro. Aliás, pessoas que passam por problemas idênticos podem, se curadas, dar um excelente contributo na ajuda a outras que estão a sofrer pelo mesmo problema (14).

Portanto, a vivência do luto, neste contexto de cuidados paliativos, com estas pessoas concretas, que por vezes têm de esconder ou viver os seus lutos no silêncio ou na solidão, pode passar por uma busca constante de ajuda, junto de quem eventualmente as aceite e compreenda sem qualquer discriminação ou condenação.

É urgente, assim, que os cuidadores possam estar preparados e atentos a toda a sintomatologia verbal ou não verbal de quem está a sofrer, tendo em conta a «dor total», de forma a saber cuidar melhor qualquer sofrimento que se está a sentir.

Concluindo, a vivência do luto para as pessoas de orientação sexual diferente, ainda que dependente do contexto social e mentalidades vigentes, continua a ser marcada por grande sofrimento. Sabemos que a angústia não se «mede», é certo, mas tendo em conta a realidade social, e sabendo que o

desespero que não se comunica dói mais, estamos perante algo que merece toda a reflexão e dedicação para uma melhor resposta efectiva.

CONCLUSÃO

Finalizado este trabalho, fica a noção de dever cumprido. Confesso que a audácia da escolha do tema acompanhou todas as minhas pesquisas, leituras e até mesmo a estruturação daquilo que aqui apresento, no entanto, estou certo de que, num mundo global, o desafio à iniciativa de acção tem de pautar, cada vez mais, a vida do ser humano. É na complexidade das situações que conseguimos descobrir os nossos limites e potencialidades.

De referir que, tal como pensava inicialmente, não há muitas investigações no âmbito do luto em pessoas com opções sexuais diferentes. Infelizmente, este ainda é considerado um “tema menor”, apesar de estarmos em pleno século XXI – a dita altura das mudanças, inovações, aceitação e respeito pela diferença.

As concepções iniciais que me motivaram a abarcar este tema permanecem. Como referi, o facto de já ter acompanhado realidades destes género levou-me a estar desperto para esta problemática e para o facto das pessoas sofrerem em silêncio sem, por vezes, receberem qualquer tipo de ajuda, apoio ou incentivo.

Numa visão holística da vida e do mundo, acredito que o grande desafio de futuro centra-se na aceitação daquilo que ainda não é marca comum nos dias de hoje. Acredito piamente que quando todos forem tratados de igual para igual, com os mesmos direitos, deveres e obrigações, o luto em pessoas com opções sexuais diferentes, ainda que continue a acarretar uma boa dose de infelicidade, será um processo mais facilitado, na medida em que se poderá sentir e vivenciar o apoio do que nos rodeiam e o reforço positivo para superar situações deste género.

Continua-me a assustar, e muito, o facto de não termos abertura suficiente para com aqueles que apenas diferem de nós nas suas opções. Em suma, fica a certeza de que o luto será sempre um processo complexo, porém, todos têm o direito de o viver de uma forma íntegra, coerente, partilhada e harmoniosa.

BIBLIOGRAFIA

1. Barbosa A, Neto IG. Manual de Cuidados Paliativos. Lisboa; 2006. p. 379-395
2. Twycross R. Cuidados Paliativos. 2ª ed. Lisboa: Climepsi Editores; 2003. p. 63-78
3. Capelas MLV. Dor total nos doentes com metastização óssea in Cadernos de Saúde. Lisboa: 2008 Jul – Dez. (1): 9 – 24
4. Bermejo JC. Relação pastoral de ajuda ao doente. Apelação: Paulus; 2002. p. 43
5. McNeill JJ. Os excluídos da igreja. Lisboa: Tilgráfica; 1997. p. 219 - 227
6. González RL. Cuidados Paliativos – Su dimensión espiritual. Manual para su abordaje clínico. España: Toromítico; 2007. p. 369-379
7. Bulliard J. Acompanhamento de doentes terminais. Lisboa: São Paulo; 1993. p. 9-13
8. Ange D. Homossexual. França: São Paulo; 1992. p. 17
9. Powel J. La felicidad es una tarea interior. Bilbao: Sal Terrae; 1996. p. 17-36
10. Carneiro NS. “Homossexualidades” uma psicologia entre ser, pertencer e participar. Porto: Livpsic; 2009.
11. Múrias P, Brito MN. Casamento entre pessoas do mesmo sexo – sim ou não. Lisboa: Entrelinhas; 2008.
12. Sampaio D. Vagabundos de nós. Lisboa: Caminho; 2003.
13. Bermejo JC. La relación de ayuda a la persona mayor. Santander. Sal Terrae; 2007. p. 142
14. Nouwen HJM. O curador Ferido. Lisboa: Paulinas; 2001. p. 111-130
15. Guia de cuidados Paliativos. Espanha; Sociedade espanhola de cuidados paliativos; acesso em 2009 Maio 10. Disponível em: <http://www.secpal.com/guiacp/index.php>
16. Cuidados paliativos: o que são. Lisboa: Associação Portuguesa de Cuidados Paliativos; acesso em 2009 Maio 10. Disponível em: <http://www.apcp.com.pt/index.php?n=cuidados-paliativos&cod=79&subCat=79>