

## Cuidados paliativos e a assistência ao luto

**O processo de luto tem início a partir do momento em que é recebido o diagnóstico de uma doença fatal ou potencialmente fatal. As perdas decorrentes assim se mostram:**

- Segurança
- Funções físicas
- Imagem corporal
- Força e poder
- Independência
- Auto-estima
- Respeito dos outros
- Futuro

A família do paciente também se envolve nesse processo, vivenciando-o de maneira específica. Numa tentativa de organização dessa experiência, podemos localizar as seguintes fases, do ponto de vista da família: crise, crônica e terminal.

### Crise:

- Inicia-se antes do diagnóstico, quando a família tem alguma percepção ou interpreta sintomas como risco e une-se para lidar com os sintomas e sistemas médicos.

### Fase crônica

- ☞ Maria Helena Pereira Franco famílias tentam viver uma vida normal, em condições anormais'.
- ☞ Paciente e família aceitam mudanças decorrentes de exacerbações e crises agudas.
- ☞ Lamentam a perda da identidade pré-doença.
- ☞ Família mais informada, tenta equilibrar necessidades de cuidados com outras necessidades da família.

### Fase terminal

- ☞ Quando a inevitabilidade da morte está clara.
- ☞ Para a família: lidar com a separação e o luto.
- ☞ Ter mais oportunidade para resolver questões não resolvidas.
- ☞ Ajudar o paciente a expressar preocupações e desejos
- ☞ Despedir-se

### O ajustamento emocional da família à doença faz uso de algumas estratégias de controle, como:

- ☞ confiança em controle preditivo (expectativas positivas)
- ☞ controle vicariante ( atribuir poder ao setting médico)
- ☞ controle ilusório (sorte e desejo)
- ☞ controle interpretativo (adquirir conhecimento)

### A existência de um cuidador na família chama a atenção para suas necessidades específicas, relativas a:

- ☞ a saúde desse cuidador

- ☞ questões de gênero na predição de vulnerabilidade a sofrimento psicológico
- ☞ vínculo conjugal , sexualidade: programas educativos e terapêuticos

**No enfrentamento da doença e do luto antecipatório pela família, há fatores facilitadores e fatores complicadores. Os fatores facilitadores são:**

- Estrutura familiar flexível que permita reajuste de papéis.
- Boa comunicação com a equipe profissional e entre os membros da família.
- Conhecimento dos sintomas e ciclo da doença.
- Participação nas diferentes fases, para obter senso de controle.
- Sistemas de apoio informal e formal disponíveis

**Os fatores complicadores são:**

- Padrões disfuncionais de relacionamento, interação, comunicação e solução de problemas.
- Sistemas de suporte formal e informal não existentes ou ineficientes.
- Outras crises familiares simultâneas à doença.
- Falta de recursos econômicos e sociais. Cuidados médicos de pouca qualidade e dificuldades na comunicação com a equipe médica.
- Doenças estigmatizantes, pouca assistência.

**Alguns fatores são preponderantes, na fase próxima à morte:**

- Compreender o processo da morte
- Lidar com cuidadores e instituições
- Reestruturar emocionalmente as relações com a pessoa à morte
- Utilizar eficazmente os recursos disponíveis
- Lidar com as próprias emoções e o luto
- Compreender as necessidades da pessoa à morte
- Continuar se relacionando com a pessoa à morte, mantendo-a incorporada ao sistema familiar.
- Planejar-se para a continuidade da vida familiar
- Buscar significado na morte

**O processo de luto pode ser entendido a partir de suas fases ou de suas tarefas:**

**Fases**

- entorpecimento
- busca e saudade
- desorganização e desespero
- reorganização

**Tarefas**

- aceitar a realidade da morte
- vivenciar o pesar
- ajustar-se a um meio no qual o falecido não mais se encontra
- retirar energia emocional e reinvestí-la em outra relação

São cinco as dimensões das reações comuns ao luto:

### 1-Dimensão Intelectual do Luto

- |                         |                   |
|-------------------------|-------------------|
| ■ Confusão              | desorganização    |
| ■ Falta de concentração | intelectualização |
| ■ Desorientação         | negação           |

### 2-Dimensão Emocional do Luto

- |                  |                |
|------------------|----------------|
| ■ Choque         | entorpecimento |
| ■ Raiva          | culpa          |
| ■ Alívio         | depressão      |
| ■ Irritabilidade | solidão        |
| ■ Saudades       | descrença      |
| ■ Tristeza       | negação        |
| ■ Ansiedade      | confusão       |
| ■ Medo           |                |

### 3-Dimensão Física do Luto

- |                             |                                      |
|-----------------------------|--------------------------------------|
| ■ alterações no apetite     | visão borrada                        |
| ■ alterações no sono        | inquietação                          |
| ■ dispnéia                  | palpitações cardíacas                |
| ■ exaustão                  | boca seca                            |
| ■ perda do interesse sexual | alterações no peso                   |
| ■ dor de cabeça             | mudanças no funcionamento intestinal |
| ■ choro                     |                                      |

#### 4-Dimensão Espiritual do Luto

- sonhos
- perda da fé
- raiva de Deus
- questionamento de valores
- desapontamento com membros da igreja
- impressões
- aumento da fé
- dor espiritual
- sentir-se traído por Deus

#### 5-Dimensão Social do Luto

- perda da identidade
- afastamento
- perda da habilidade para se relacionar socialmente
- isolamento
- falta de interação

- **Fulton e Fulton (1971):** depressão, preocupação acentuada com a pessoa doente, 'ensaio' da morte, tentativa de se ajustar às consequências da morte. **Rando (1997):** permite também absorver a realidade da perda gradualmente, ao longo do tempo; resolver questões pendentes com a pessoa doente (expressar sentimentos, perdoar e ser perdoado); iniciar mudanças de concepção sobre vida e identidade; fazer planos para o futuro de maneira que não sejam sentidos como traição ao doente.

#### O que ajuda quando dói? Lidando com o luto

- aceitar a realidade da perda
- enfrentar as emoções do pesar
- adaptar-se à vida sem a pessoa
- encontrar maneiras adequadas para lembrar o falecido
- reconstruir a fé e os sistemas filosóficos abalados pela perda
- reconstruir a identidade e a vida

#### O Profissional que trabalha com luto apresenta suas necessidades também, principalmente quanto à sensibilidade:

- pela pessoa total
- para problemas de dor e desconforto
- para buscar comunicação honesta e aberta
- pela autonomia e necessidades do indivíduo
- pelas diferenças culturais
- pelos objetivos
- pelas famílias
- pelos diferentes grupos etários e étnicos
- pelo próprio self

#### Maria Helena Pereira Franco