

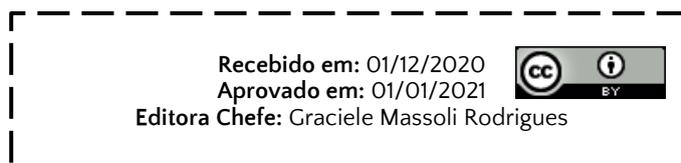
## ANÁLISE DO PROCESSO DE LUTO PELA PERDA DO CÔNJUGE NA VELHICE

<sup>1</sup>Nathaly Gonsalves Turassa, <sup>2</sup>Taís Bahia Bandeira, <sup>3</sup>Vanessa Rodrigues da Silva, <sup>4</sup>Rodrigo Jorge Salles

### RESUMO

O luto se caracteriza pela perda de uma conexão importante entre um indivíduo e um objeto de grande investimento psíquico. Quando se trata de viuvez na velhice, geralmente o luto acarreta em grande impacto na vida dos idosos, seja na mudança de rotina, reorganização de papéis, aparecimento de sentimentos de tristeza, angústia, solidão, entre outros. O objetivo da presente pesquisa foi analisar o processo de luto pela perda do cônjuge na velhice, buscando compreender os mecanismos adotados para lidar com a perda e as adaptações realizadas pelos idosos para dar continuidade em suas vidas após a morte do cônjuge. Trata-se de uma pesquisa de campo, de corte transversal e metodologia de base qualitativa. Participaram da pesquisa 3 homens idosos e 3 mulheres idosas, convidados a responder voluntariamente um questionário composto por 12 questões sociodemográficas e uma entrevista semiestruturada com 8 perguntas. Os resultados foram analisados utilizando-se o procedimento de análise de conteúdo. Foi observado que aspectos como a qualidade da relação prévia, níveis de companheirismo, cumplicidade, afetividade e o grau de dependência estão diretamente relacionados com a forma como o luto será vivenciado. Sobre as formas de enfrentamento que auxiliam na tratativa do luto, observou-se que os principais canais de apoio foram os amigos, a família e a espiritualidade/religião. Os resultados demonstraram diferenças no processo de elaboração do luto entre homens e mulheres. Observou-se entre os homens uma presença mais intensa do sentimento de tristeza, assim como dificuldades ao terem que lidar com tarefas do lar após a morte da esposa.

**Palavras-Chave:** Luto; Envelhecimento; Psicologia Do Envelhecimento; Psicanálise; Apoio Social.



<sup>1</sup> Graduanda em Psicologia pela Universidade São Judas Tadeu, São Paulo (Brasil).

<sup>2</sup> Graduanda em Psicologia pela Universidade São Judas Tadeu, São Paulo (Brasil).

<sup>3</sup> Graduanda em Psicologia pela Universidade São Judas Tadeu, São Paulo (Brasil).

<sup>4</sup> Doutor e Mestre em Psicologia Clínica pelo Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo. Professor no curso de Psicologia e Programa de Pós Graduação Stricto Sensu em Ciências do Envelhecimento da Universidade São Judas, São Paulo (Brasil).

## ANALYZING THE GRIEF PROCESS DUE TO THE LOSS OF A SPOUSE IN OLD AGE

### ABSTRACT

Grief is characterized by the loss of an important connection between an individual and an object that received a large psychic investment. In the case of elderly widows/widowers, it generally has a strong impact in their lives, be it in the change in their routine, the reorganization of roles, and the emergence of feelings of sadness, anguish, solitude, among others. The objective of this research was analyzing the grief process due to the death of a spouse in old age, seeking to understand the mechanisms used to deal with the loss and the adaptations of the elderly to continue their lives after this loss. This is a cross-sectional field research with a qualitative methodology. The participants were 3 elderly men and 3 elderly women, invited to answer, voluntarily, a questionnaire made up by 12 sociodemographic questions and a semistructured interview with 8 questions. The results were analyzed using the procedure of content analysis. It was found that aspects such as the quality of previous relations, levels of companionship, closeness, affection, and the degree of dependency are directly related to the way in which grief is experienced. Regarding coping mechanisms that aid in dealing with grief, friends, family, and spirituality/religion were found to be the main support channels. The results showed differences in the process of grief elaboration of men and women. Men showed the feeling of sadness more often, in addition to difficulties in dealing with house chores after the death of their wives.

**Keywords:** Grief; Aging; Aging Psychology; Psychoanalysis; Social Support.

## ANÁLISIS DEL PROCESO DE LUTO POR LA MUERTE DE UN CÓNYUGE EN LA VEJEZ

### RESUMEM

El luto es caracterizado por la pérdida de una conexión importante entre un individuo y un objeto con grande inversión psíquica. Sobre la viudez en la vejez, generalmente el duelo impacta grandemente en la vida de los ancianos, sea con cambios en su rutina, reorganización de papeles, o sentimientos de tristeza, angustia, soledad, entre otros. El objetivo de esa investigación fue analizar el proceso de luto por la pérdida de un cónyuge en la vejez, para comprender los mecanismos usados para lidiar con la muerte y las adaptaciones de los ancianos para continuar sus vidas después de esa pérdida. Es una investigación de campo, transversal y con metodología cualitativa. Participaron 3 hombres y 3 mujeres ancianos, convidados a responder voluntariamente a un cuestionario con 12 cuestiones sociodemográficas y a una entrevista semiestructurada con 8 cuestiones. Se analizó a los resultados con el procedimiento de análisis de contenido. Se observó que aspectos como la cualidad de la relación previa, niveles de camaradería, complicidad, afección, y el grado de dependencia son directamente relacionados con la forma en que se experimentará el luto. Con respecto a las formas de afrontamiento que ayudan a lidiar con el duelo, se observó que los más importantes canales para soporte fueron amigos, familia, y espiritualidad/religión. Los resultados muestran diferencias en el proceso de elaboración del luto entre hombres y mujeres. Entre los hombres, el sentimiento de tristeza es mayor, y tienen dificultades en lidiar con las tareas domésticas después de la muerte de la esposa.

**Palabras Clave:** Luto; Envejecimiento; Psicología Del Envejecimiento; Psicoanálisis; Soporte Social.

## INTRODUÇÃO

O envelhecimento pode ser definido como um conjunto de processos de natureza física, emocional, cognitiva e social que se desenvolvem ao longo da vida (Dawalibi *et al.*, 2013). O processo de envelhecimento trata-se de um fenômeno processual caracterizado por modificações no corpo e no modo de viver do indivíduo. Dentre as alterações decorrentes do envelhecimento destacam-se mudanças corpóreas, alterações na natureza das relações e papéis sociais desempenhados, demandando do idoso um processo de adaptação a uma nova realidade física, social e subjetiva. (Kreuz & Franco, 2017). Tendo em vista as diferentes alterações decorrentes do processo de envelhecimento, a conquista da longevidade pode colocar o idoso diante de uma maior exposição a perdas, evocando diferentes tipos de lutos. (Cocentino & Viana, 2011).

Freud (1917/2013, p. 28) em “Luto e Melancolia”, definiu o processo de luto como: “... a reação à perda de uma pessoa querida ou de uma abstração que esteja no lugar dela...”. A característica central do luto é a perda de uma conexão importante entre um indivíduo e um objeto de grande investimento psíquico. Existem diferentes tipos de lutos, que não estão associados somente ao luto pela morte de uma pessoa, estando também relacionados a perdas simbólicas, como na vida profissional e pessoal. (Cavalcanti, Samczuk & Bonfim, 2013). De acordo com Kreuz e Franco (2017), o idoso pode se deparar com lutos simbólicos durante a velhice, como a aposentadoria, que afeta seu convívio social, renda e percepção sobre seu papel na sociedade. Cavalcanti, Samczuk e Bonfim (2013) destacam o luto decorrente das alterações corporais produzidas pelo processo de envelhecimento corporal, que evocam a perda da saúde e do ideal de potência do passado. Além disso, a velhice também pode envolver perdas vinculares, como a perda de entes queridos e familiares, gerando um impacto significativo na vida desses indivíduos (Lopes, 2008).

Dentre as perdas vinculares, é necessário destacar as influências da perda do cônjuge na qualidade de vida dos idosos. A viuvez em idosos pode gerar um abalo em relação ao sentido da vida e até mesmo na identidade do enlutado. Com isso, é posto ao idoso o desafio de ressignificar a vida diante da ausência do cônjuge. (Silva & Alves, 2012).

Segundo Silva e Alves (2012), as mulheres estão mais expostas à perda do cônjuge quando comparado aos homens por terem uma maior expectativa de vida. Camargos e Gonzaga (2015) levantam algumas hipóteses para a maior longevidade

feminina, sendo um dos motivos à alta taxa de mortalidade de homens ainda jovens, podendo interferir na distribuição demográfica segundo o sexo. Outra hipótese é de que as mulheres apresentam maior consciência quanto ao autocuidado, buscando serviços de saúde com maior frequência quando comparado aos homens. Em se tratando da literatura sobre o luto pela viuvez, as pesquisas evidenciam um maior impacto dos efeitos negativos do luto no público masculino (Silva & Alves, 2012). Estudos de Bennet (1997; 1998) apontam um aumento na sintomatologia depressiva e um declínio na saúde mental de idosos de ambos os sexos nos meses iniciais após a perda do cônjuge. Como consequência, a participação e convívio social também são afetados. Segundo o autor, estes efeitos demonstraram-se mais intensos a longo prazo no público masculino, demonstrando a maior vulnerabilidade dos homens aos efeitos da viuvez (Bennet, 1998).

O impacto da viuvez também foi abordado por Buaes (2005) que observou mudanças expressivas nos papéis desempenhados por mulheres viúvas residentes no meio rural. Tais papéis envolviam não apenas a parte prática do viver, como aprender a fazer as atividades do cotidiano sozinhas, mas também a resignificação de suas identidades, sendo necessário redescobrir seus interesses pessoais, prioridades, desejos e sonhos. Sobre o enfrentamento do luto pela viuvez na velhice Stedile, Martini e Schmidt (2017) observaram que a família e os filhos configuram-se como as principais redes de apoio para lidar com a perda. Os autores também destacam o papel da espiritualidade como medida de enfrentamento para significar a perda, recurso constantemente adotado pelos idosos para lidar com a morte do cônjuge.

Tendo em vista às mudanças no perfil populacional brasileiro, com o aumento significativo no número de idosos no país, faz-se necessário investigar como o idoso vivencia a viuvez. A presente pesquisa teve por objetivo analisar o processo de luto pela perda do cônjuge na velhice, buscando compreender os mecanismos adotados para lidar com a perda e as adaptações necessárias para dar continuidade em suas vidas após a morte do cônjuge.

## **MÉTODO**

### **1. PARTICIPANTES**

Trata-se de uma pesquisa de campo, exploratória e de metodologia de base qualitativa. A pesquisa foi realizada com 6 idosos, sendo 3 mulheres e 3 homens. Os participantes foram recrutados utilizando uma carta convite divulgadas em redes sociais, adotando-se, portanto, um critério de amostragem por conveniência. Foi adotado como

critério de inclusão o tempo mínimo de um ano em relação à perda. Todos os participantes assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) autorizando sua participação na pesquisa.

## 2. INSTRUMENTOS

Os instrumentos utilizados foram um questionário sociodemográfico composto por 12 questões para levantamento do perfil dos participantes e uma entrevista semiestruturada constituída por 8 perguntas elaboradas pelos pesquisadores.

## 3. PROCEDIMENTOS

A coleta de dados foi iniciada após aprovação da pesquisa pelo Comitê de Ética em pesquisa com seres humanos (CEP) sob o número do parecer 4.083.185. Após a divulgação online da pesquisa, foi feito o contato com os participantes que apresentaram interesse em participar do estudo. Foi realizado um agendamento para realização da coleta via videoconferência, a fim de respeitar a necessidade de isolamento social devido à pandemia de Covid-19.

A coleta de dados seguiu as seguintes etapas: 1) Leitura do TCLE, apresentado online via *Google Forms*; 2) Aplicação do questionário sociodemográfico; 3) Realização da entrevista semiestruturada. Os áudios das entrevistas foram gravados, sendo apagados após a transcrição dos seus conteúdos. As entrevistas foram realizadas de forma individual e o tempo médio de coleta foi de uma hora.

## 4. PROCEDIMENTOS PARA ANÁLISE DOS DADOS

Em relação à análise do material, foi adotado procedimento de análise de conteúdo temática, realiza em três fases, sendo: 1) Pré-exploração do material; 2) Seleção das unidades de significado; 3) Categorização das unidades de significado em categorias temáticas a partir de critérios semânticos; 4) Análise e discussão das categorias temáticas (Campos, 2004).

## RESULTADOS

### 1. CARACTERIZAÇÃO DOS PARTICIPANTES

Na Tabela 1 são apresentados os dados de caracterização dos participantes. Participaram da pesquisa 6 idosos, sendo 3 do sexo feminino e 3 do sexo masculino, designados na Tabela 1 de P1 a P6, visando o sigilo dos participantes. É válido ressaltar que apesar de obter-se uma distribuição igualitária entre homens e mulheres, houve maior facilidade em encontrar participantes do sexo feminino, aspecto corroborado pela literatura, que ressalta que o número de idosas viúvas é em média 4 vezes maior que de idosos viúvos. (Almeida, Mafra, Silva & Kanso, 2015).

A idade dos participantes variou de 66 anos a 84 anos, resultando em uma média de 72 anos de idade. Em relação à escolaridade 3 participantes possuem ensino superior completo, 2 possuem superior incompleto e apenas um participante possui ensino fundamental incompleto.

O tempo de relacionamento dos participantes com os seus ex cônjuges, foi de 25 a 55 anos, uma média de 42 anos de relacionamento. De acordo com dados do IBGE de 2015, a média de tempo de casamento de 1984 até 2014 são 15 anos, número inferior ao encontrado na presente investigação (Santos & Silva, 2018). Contudo, essa discrepância no tempo de matrimônio pode ser explicada pela diferença geracional e a tendência a casamentos de longa duração em pessoas nascidas nas décadas de 1940 e 1950.

O tempo de viuvez variou de 1 a 10 anos. Todos os participantes possuem o estado civil viúvos, e, em sua maioria, não relatam novos relacionamentos amorosos na atualidade. Por último, observou-se que 4 participantes residem atualmente com filhos (as) e duas das 3 participantes mulheres vivem sozinhas.

Tabela 1. Caracterização dos participante

Participante	Idade	Gênero	Escolaridade	Tempo Relacionamento	Tempo de Viuvez	Estado Civil Atual	Com quem reside
P1	84	M	Superior Completo	55 anos	10 anos	Viúvo	Filha
P2	70	F	Ensino Fundamental Incompleto	44 anos	8 anos	Viúva	Sozinha
P3	66	F	Superior Completo	25 anos	2 anos	Viúva	Sozinha
P4	66	M	Superior Incompleto	36 anos	4 anos	Viúvo	2 Filhas
P5	67	M	Superior Completo	40 anos	1 ano	Viúvo	Filha
P6	79	F	Superior Incompleto	52 anos	4 anos	Viúva	Filho

Após a leitura e análise das entrevistas foram criadas quatro categorias temáticas para discussão:

1) Percepções sobre a relação com o cônjuge antes da sua morte; 2) Sentimentos associados à perda do (a) cônjuge; 3) Lidando com a morte do(a) cônjuge; 4) A vida após a morte do(a) cônjuge.

## 2. PERCEPÇÕES SOBRE A RELAÇÃO COM O CÔNJUGE ANTES DA SUA MORTE

De acordo com Prizanteli (2008), só existe luto se existir um vínculo que foi rompido, desta forma, quanto maior e melhor for à conexão entre o casal, mais dolorosa poderá ser a vivência da ausência do objeto amado. Portanto, avaliar a relação prévia do casal antes da morte do (a) parceiro (a) pode ajudar na compreensão de como cada indivíduo lidou com o falecimento do (a) cônjuge. Deste modo, nesta categoria serão discutidas as percepções dos idosos viúvos sobre suas relações antes da morte do cônjuge.

A partir das entrevistas, foi constatado que metade dos participantes ao avaliar o tipo de relação, a considerou “boa”, sendo que dois foram homens e uma mulher. Outros dois idosos afirmaram que seus relacionamentos eram “normais ou razoáveis”. Em se tratando dos participantes que consideraram seus relacionamentos bons, o participante P1, ao ser questionado sobre como era à relação antes do falecimento de sua esposa,

afirmou: “A vida toda foi muito boa a relação, a vida toda...viajamos muito.”

Ao verbalizar suas impressões sobre a relação prévia do casal, a participante P2 afirmou que:“Era uma relação muito boa, a gente trabalhava o dia todo e nos víamos a noite, na hora do jantar. Um marido muito companheiro e sério”. Já P5 afirmou: “Maravilhosa, a gente se dava super bem, ela era uma super mulher, fazia tudo pela casa, tudo pelos filhos, era uma mãezona”.

Em se tratando dos idosos que consideraram seus relacionamentos como normais e/ou razoáveis, P4 destacou que:

“Era uma relação normal... tinha altos e baixos, não era entre tapas e beijos, era mais um arranca rabo, quando tinha briga a gente só ficava no máximo um dia sem se falar depois já voltava ao normal, nos primeiros 20 anos era outra coisa né,super apaixonados, depois foi virando questão de costume.”

A satisfação conjugal pode ser confirmada a partir das falas dos participantes mencionados. P1 fala de sua esposa com admiração e saudosismo, relembra suas viagens, apresenta grande admiração ao ressaltar o legado deixado a partir do seu trabalho como pintora. Já P2 relatou que amava tanto o esposo que até hoje se emociona ao falar sobre ele. O participante P5 também retrata sua relação com a esposa com admiração e companheirismo. Entretanto, outros participantes qualificam a relação como razoável, principalmente depois de certo tempo de relacionamento, a exemplo de P4, que relatou que os primeiros 20 anos juntos foram apaixonados, mas que depois a relação passou a ser caracterizada pela rotina.

Em um estudo realizado por Norgren, Souza, Kaslow, Hammerschmidt e Sharlin (2004) com o objetivo de investigar a satisfação conjugal em casamentos com mais de 20 anos de relacionamento, os autores observaram que os índices de satisfação conjugal são maiores quando os cônjuges têm melhor comunicação, proximidade e boa resolução de problemas em conjunto. Segundo os autores, uma boa relação com o cônjuge engloba estar contente, ter companheirismo, sentimento de segurança, coesão e demonstração de afeto.

De acordo com Turatti (2012), quanto maior o tempo de relacionamento e a cumplicidade entre o casal, mais intensas serão as lembranças, histórias, objetivos em comum e conquistas decorrentes de uma vida a dois. O sentimento de companheirismo é comum às falas de três dos participantes, sendo eles duas mulheres e um homem (P2, P3 e P5). O participante P5 traz esse sentimento quando questionado sobre quais foram as maiores mudanças na sua vida após a perda da esposa:

“...o companheirismo dela, jantares, almoço, cumplicidade da pessoa, só de olhar no olho um já sabia que o outro queria fazer, ela ficou 8 anos doente com câncer, ficou mais denso, ela estava sempre no hospital fazendo quimio e rádio e eu estava lá sempre acompanhando.”

Para o participante P5, o companheirismo da relação esteve presente mesmo durante o adoecimento da esposa, acompanhando-os até a sua morte. P2 e P3 também trouxeram o sentimento de companheirismo ao responderem quais foram as maiores mudanças após a morte dos esposos. Segundo P2: “Ele era muito caseiro, família e frequentávamos a igreja sempre. Eu já saía com meus filhos e familiares sem ele, ele só saía se fosse comigo para os lugares. Ele era muito meu companheiro.”. Para P3, ao responder a mesma pergunta de maneira emotiva: “O meu choro é de saudades dos momentos, e da gratidão por ter tido um grande companheiro.”.

Machado (2007), em uma revisão de literatura, encontrou que apenas a presença de companheirismo não traz satisfação ao casamento. Segundo a autora, acredita-se que boas escolhas de atividades desenvolvidas com o cônjuge possuem efeitos positivos na relação. Estes aspectos podem ser ilustrados pela fala de P3: “Nós gostávamos muito de viajarmos mundo afora, ir ao teatro, cinema, praia.”. A participante P2 também afirmou que frequentavam a igreja juntos e que seu cônjuge só saía de casa se fosse acompanhado dela.

A análise das entrevistas também evidenciou o sentimento de independência relatado pelas idosas. Ao ser questionada a respeito, P2 respondeu: “Eu sempre trabalhei e ele também, cada um tinha o seu dinheiro, mas os dois se uniam juntos para construir

o lar e realizar nossos sonhos. Eu logo me aposentei e também eu tenho a pensão dele, então eu estou bem.”.

Já a participante P3 trouxe aspectos de uma independência financeira, porém retratou que existia também uma dependência voltada às obrigações do lar, devido ao estilo de vida que tinha com o cônjuge: “Eu sempre fui muito independente, então quando ele faleceu não me senti tão abalada, eu senti até mais liberdade para cuidar de mim, da minha saúde”.

A participante P6 relatou o contrário de P3, contou que mesmo sendo dependente financeiramente do seu cônjuge antes de sua morte, sentia-se independente:

“Sempre fui muito independente, sempre... sempre. Mesmo eu dependendo dele financeiramente, eu não me considerava isso. Porque eu tinha as minhas responsabilidades de casa, com meus filhos que casaram... eu criei as crianças, desde criancinha. Então eu me sentia sempre independente.”.

Os resultados apresentados mostram-se diferentes daqueles evidenciados pela literatura sobre viuvez em mulheres, que indicam que mulheres viúvas com dependência instrumental dos maridos antes da sua morte, apresentaram maior ansiedade ao ter que lidar com tarefas relacionadas a finanças e reparações dentro de casa. (Silva & Alves, 2012). Desta forma, nenhuma das três participantes relataram sentir-se dependentes ou terem ansiedade ao terem que tratar desses aspectos após a morte do esposo.

Por outro lado, o sentimento de dependência mostrou-se mais evidente nas falas dos homens. Dois participantes do sexo masculino relataram que se sentiam dependentes das esposas antes do falecimento delas (P4 e P5). De acordo com Prizanteli (2008), quanto maior a dependência do indivíduo enlutado (a) com seu cônjuge, maior será o impacto negativo em sua vida após a perda, assim como a reorganização de papéis sociais em seu cotidiano. O participante P4 ao ser questionado sobre a dependência relatou:

“Com certeza, na parte do lar totalmente, de vez em quando ela tirava umas férias com as filhas e eu ficava em casa, pois estava trabalhando, quando eu ficava sozinho nesses dias não achava nada em casa, às vezes tinha louça até em cima da geladeira se duvidar”.

P5 também trouxe um sentimento de dependência semelhante:

“Sim, totalmente, eu dela e ela de mim, era bem mútuo, mas mútuo com carinho com amor, quando ela queria ir ao mercado eu ia junto, se ela queria viajar a gente viajava, e ela dependia muito de mim também... não sou machista nem nada, muito pelo contrário, mas na Itália a cultura é muito diferente sabe, eu cuidava de toda parte financeira da casa e ela da organização da casa, da comida, dos filhos, de tudo que você pode imaginar.”.

Portanto, observou-se que ambos participantes do sexo masculino apresentavam dependência principalmente em relação às tarefas do lar. Segundo Turatti (2012), no decorrer dos longos anos de casamento, os casais criam e destinam algumas tarefas, estando elas relacionadas às construções sociais de gênero ainda perpetuadas na sociedade, em que o homem é tido como o provedor e a mulher como responsável pela casa. Em síntese, observou-se através da análise das entrevistas que a qualidade da relação prévia, considerando aspectos como os níveis de companheirismo e o grau de dependência, mantém estreita relação com a forma como o luto será vivenciado e elaborado, aspectos que serão discutidos nas categorias seguintes.

### 3. SENTIMENTOS ASSOCIADOS À PERDA DO (A) CÔNJUGE

Nesta categoria serão discutidos os principais sentimentos evocados após a perda do cônjuge. Observou-se que o sentimento preponderante relatado pelos participantes foi o de saudades. De acordo com Farinasso e Labate (2015), saudade pode ser estabelecida por uma memória suave e melancólica de uma pessoa, objeto, local que não está mais presente, mas que o indivíduo gostaria de reaver. A análise das entrevistas evidenciou que cinco dos seis participantes relataram esse sentimento, sendo 3 mulheres e 2 homens. O participante P1, ao ser questionado sobre quais eram os sentimentos evocados ao pensar na morte da esposa atualmente, respondeu: “Ah...quando eu pego um livro que eu tenho, que eu viajei com ela, né...eu lembro, ó, essa viagem foi boa.”.

P1 traz a partir de sua fala a saudade caracterizada pela nostalgia dos tempos em que viajava com a esposa e filhos. Aspecto semelhante foi relatado por P3: “Eu e meu marido viajávamos mundoa fora, eu sinto saudades desses momentos com ele.”. Segundo Baldin e Fortes (2008), viver com a inexistência do objeto de amor faz com que os indivíduos se tornem capazes de se reinventarem. Mesmo os enlutados tendo que conviver com a ausência do cônjuge, as boas memórias auxiliam no processo de reestruturação de suas vidas após a perda.

O participante P4 ao ser questionado sobre como é lidar com a morte da esposa nos dias de hoje, afirmou: “Hoje em dia é uma lembrança bonita, uma saudade bonita na maioria das vezes...”. Já as outras participantes demonstraram sentirem um misto de saudades e solidão. A participante P2 ao responder sobre quais os sentimentos evocados pela morte do marido, afirmou: “É muita saudade que eu sinto, solidão, falta a companhia dele.”. P6, disse: “Eu sinto muita falta dele, depois de 4 anos que ele faleceu, quando eu fico sozinha aqui em casa, bate uma saudade muito grande.”. Segundo Borges (2016), a

falta do cônjuge pode desencadear insegurança, sentimentos de desproteção, ou seja, o indivíduo que permaneceu enfrenta uma carência de partilhar a vida com alguém, e por fim, a solidão.

De acordo com Bertini (2016, p. 5), no Dicionário Geral e Analógico da Língua Portuguesa, a palavra “saudade” está descrita como “Pesar pela ausência de alguém que nos é querido” bem como, “Lembrança triste e suave de pessoas ou coisas ausentes ou extintas”. Os significados atribuídos ao termo suavizam o peso doloroso da saudade, ou seja, apesar de ser uma lembrança que possui uma carga emocional de tristeza, ainda sim possui aspectos positivos, como uma lembrança que pode vir a ser prazerosa. Tais aspectos foram observados na fala de P4, já citada, que refere-se às lembranças como agradáveis, ainda que possa sentir momentos de solidão e tristeza em sua rotina diária.

No Grande Dicionário da Língua Portuguesa, a saudade foi exposta como “Vocábulo considerado sem equivalente noutras línguas e que exprime multiplicidade de sentimentos, sobretudo a melancolia causada pela lembrança do bem do qual se está privado.” (Bertini, 2016,

p. 5). Esta definição apresenta a noção de uma possível melancolia associada a saudades, aspecto observado nas falas dos participantes P2, P4 e P6. É possível inferir que o tipo de rememoração da perda, sendo ela carregada de um saudosismo positivo ou características melancólicas, podem evidenciar aspectos sobre a elaboração do luto.

De acordo com Freud (1917/2013), tanto o luto quanto a melancolia são reflexos da perda de um objeto, contudo, estes podem seguir em direções diferentes. O luto normal se desenvolve de forma natural, caracterizando-se por um processo inicial de tristeza e sentimento de vazio, seguido pelo desinvestimento gradativo da energia psíquica investida no objeto perdido. Já na melancolia o processo de elaboração é inviabilizado, não havendo o desinvestimento completo do objeto perdido, acarretando em um desânimo penoso, culpa e desinteresse pelo mundo externo.

P4 além do sentimento de saudades, ao ser questionado como lida com a morte do cônjuge hoje em dia, disse: “Na solidão da madrugada é complicado, porque eu fico pensando que essa tristeza vai pra solidão que vai pra depressão e aí não dá, já vou tentando espantar esses pensamentos, focar nas lembranças boas que tive com ela.”. Segundo Teixeira (2010), a viuvez está diretamente ligada ao sentimento de solidão, especialmente tratando-se da perda de um relacionamento com alto grau de intimidade.

A ausência do objeto de amor pode provocar sentimentos de solidão, abandono e até mesmo sintomas depressivos causados pelo isolamento social, fazendo com que em alguns casos o próprio indivíduo se ausente do convívio social. (Teixeira, 2010).

O isolamento social não foi observado nos relatos dos participantes do sexo masculino. P4 menciona um sentimento ocasional de solidão, mas ainda assim seu convívio social não foi afetado, tendo se relacionado amorosamente pouco antes da sua participação na pesquisa. P5 também relatou que apesar de ter passado por momentos difíceis, na atualidade, a partir do uso de recursos tecnológicos, têm procurado novas relações amorosas:

“É recente ainda né, no começo eu não queria falar com ninguém, ficava chorando quase todo dia, minha filha falava: “Para com isso, você tem que continuar a viver, vamos viver... fazer alguma coisa, você pode se relacionar, sair...” Então percebi que ela estava certa mesmo, a vida não podia parar, tentei seguir esse conselho, foi quando criei uma conta no Tinder, mas lá só tem mulheres aproveitadoras, até tentei alguma coisa algumas vezes, mas não fez diferença alguma, então passei a procurar apenas novas amizades.”

Observa-se que P4 e P5 lidam de forma satisfatória com a perda, buscando novas perspectivas de investimentos afetivos e amorosos. Ainda assim foi possível observar que o choro e a tristeza estiveram presentes em três dos idosos participantes desta pesquisa, sendo eles dois homens e uma mulher. O participante P4 ao responder de que forma enfrentou a perda disse: “Ah é uma coisa triste né, até hoje eu choro de vez em quando...ela morreu de repente, teve três paradas cardíaca violenta...”. A participante P2, ao responder a mesma pergunta afirmou que:

“Eu fiquei muito triste, foi muito ruim a sensação, um susto eu senti. Eu tenho Deus na minha vida, e ele me ajudou a ser forte durante todo o processo do enterro, e meu retorno para São Paulo. Depois que passou tudo isso, veio à tristeza e com sentimento muito apertado e doloroso, mas todos nós vencemos e passamos por isso, com Deus em nossas vidas.”

De acordo com Souza e Moreira (2018) a dinâmica da tristeza envolve um começo, meio e um fim, diferenciando-se, portanto, de quadros psicopatológicos como os transtornos do humor. Pode-se observar que dois participantes do sexo masculino ainda sentem-se tristes e com choro episódico, ainda que apresentem um movimento para manutenção de vínculos sociais e afetivos. Entretanto, é necessário considerar o papel do tempo de perda em sua relação com o processo de elaboração. Em relação a P5, pelo fato da perda ser recente (um ano), a possibilidade de elaboração completado luto é menor quando comparada a uma pessoa que vivenciou a perda há mais tempo. Contudo, o participante P4 possui um tempo de perda maior, 4 anos, e ainda assim, relatou profundos

momentos de tristeza e choro, colocando em questão que o tempo de perda e a elaboração não são processos lineares, já que nem sempre o tempo de perda será uma variável que determinará por si só a possibilidade de elaboração do luto.

Silva e Alves (2012) trazem a partir de pesquisas que há um maior impacto do luto no público masculino. Tal aspecto pôde ser confirmado a partir dos dados observados no presente estudo, no qual apenas uma mulher das 3 idosas participantes, P2, afirmou sentir tristeza associada à perda do marido, relatada apenas nos primeiros meses da perda. Já entre os homens, dois dos três idosos relataram ainda sentirem tristeza acompanhada de episódios de choro.

Em síntese, a análise das entrevistas revelou que o sentimento de saudades é o mais frequente nas falas dos participantes, e como destacado, esse sentimento apesar de comportar uma carga nostálgica, contém também uma dimensão positiva que possibilita o resgate dos aspectos saudáveis da relação prévia com o cônjuge. Entretanto, a recordação saudosista pode apresentar aspectos melancólicos, sendo um dos possíveis indicadores de um luto prolongado e ainda não elaborado.

#### 4. LIDANDO COM A MORTE DO (A) CÔNJUGE

De acordo com Gonçalves e Bittar (2016), as medidas de enfrentamento são procedimentos que o indivíduo adota para lidar com momentos de dor e sofrimento. Entretanto, em se tratando do luto, os autores destacam que o enfrentamento não implica em um esquecimento do objeto perdido, mas sim na possibilidade de continuidade da vida apesar da perda. Nesta categoria serão abordadas as formas que os idosos enlutados encontraram para lidar com a morte do cônjuge.

A análise das entrevistas indicou dois mecanismos comumente adotados para lidar com o luto: a religião e o apoio dos familiares. O apoio dos familiares e amigos foi apresentado como a forma de enfrentamento mais frequente para lidar com o luto pela perda do cônjuge, sendo mencionados pelos 6 participantes. P1, ao ser questionado se recebeu apoio de familiares, amigos ou de alguma instituição, relatou:

“São muito unidos, né... eu e meus filhos somos muito unidos, todos eles. A gente depois disso aí, posso citar um exemplo assim né, todo ano a gente faz uma viagem, fizemos uma viagem de navio, toda a família, meus filhos fizeram a camisa, todas as camisas escrito o sobrenome e fomos ao navio para passear, ela (esposa) já havia falecido.”

O apoio familiar também pode ser ilustrado pela fala de P3:

“Recebi o apoio dos meus filhos, nós sentamos na praça e tiramos os sapatos e caminhamos a obra. Após isso minha tia que tem a mesma idade que eu, me levou ao teatro para assistir ao memorial e depois disso fomos jantar. E sem contar das esposas dos amigos dele que sempre me chamavam para fazer algo. Eu nunca fiquei sozinha, sempre havia algo para fazer.”

Ainda assim, alguns participantes também citaram os amigos como fonte de acolhimento. A participante P2 enalteceu a importância que os amigos tiveram neste processo:

“Recebi o apoio de toda minha família, filhos, netos, amigos, irmãos, pastores da igreja. Até hoje eu tenho companhia, e eu não me deixo abater. Meus amigos mais próximos conseguem ser até mais solidários do que alguém da família, não que meus familiares sejam ruins.”

Observou-se que ao falar dos primeiros momentos após a perda do cônjuge, na maioria dos casos, família e amigos se aproximam do enlutado. Diante desta situação, em se tratando do público idoso, é comum que os amigos cogitem que o mesmo pode ocorrer com eles também em algum momento da vida. Portanto, devido a um processo de identificação, é possível que eles troquem vivências e experiências, fazendo com que o viúvo (a) sinta-se acolhido. (Borges *et al*, 2018).

A outra forma de enfrentamento utilizada por metade dos participantes foi a religiosidade. De acordo com Borges (2016), a religiosidade pode promover superação e ressignificação da perda. Segundo P2: “Eu tenho Deus na minha vida, e ele me ajudou a ser forte durante todo o processo do enterro, e meu retorno para São Paulo.”. Já P3 afirmou: “Eu agradeço por estar viva, eu tenho sentimento de gratidão a Deus. Eu sinto grata por tudo, e com essa pandemia estar sozinha está sendo bem melhor, pois eu não teria forças para cuidar de mim, de um marido doente e uma mãe com Alzheimer.”.

De acordo com Pinto (2009), a religião caracteriza-se como uma das formas de expressão da espiritualidade. Ela se caracteriza por ser um sistema de orientação e também pela presença de um objeto de devoção. Ao abordar as formas encontradas para lidar com a morte da esposa, P5 afirmou: “Ah... tem que rezar pra ela né, você não sabe onde ela esta, eu sou católico, mas respeito todas as religiões, estou rezando pra ela pra me sentir bem, quando posso rezo de manhã e a noite, me dá uma certa sensação de conforto...”.

Em seu estudo sobre o papel da religiosidade e espiritualidade na vivência do luto em idosos, Farinasso e Labate (2012) observaram que a fé teve fundamental importância na elaboração do luto, tendo em vista que a religião trouxe esclarecimentos que permitiram ressignificar a morte dos cônjuges.

Para os autores, a crença da morte como um “chamado divino” e a confiança na existência em uma vida após a morte, influenciaram na aceitação da ausência do ente querido.

## 5. A VIDA APÓS A MORTE DO (A) CÔNJUGE

Nesta categoria serão discutidas as perspectivas de vida dos idosos diante da ausência do objeto de amor. Abordando-se a possibilidade de estarem em novos relacionamentos amorosos, duas mulheres disseram não quererem mais envolvimento com outras pessoas. A participante P3, ao ser questionada sobre as maiores mudanças após a perda, mencionou: “Eu sinto uma saudade enorme de amar novamente, sentir aquela sensação de frio na barriga, mas não desejo ter um relacionamento.”. Ao falar sobre a possibilidade de uma nova relação amorosa, P3 afirmou:

“Não, eu estou ótima. Casamento é da juventude, para você viver momentos da sua vida com alguém, para construir uma família, para se desenvolver profissionalmente, mas na velhice com companheiro é muito difícil, pois já temos dificuldades de cuidar de nós, imagina do outro.”

Já a participante P6 respondeu: “Não, nem pensar. Eu gostava muito dele.”. Em contrapartida, três participantes relataram querer se relacionar novamente, sendo eles uma mulher, P2 e dois homens, P4 e P5. A participante P2, ao responder se estava em um novo relacionamento, respondeu:

“Ah adorei essa pergunta, hein. risos. Eu estou com uma paquera, e não pretendo ficar sozinha, é muito bom ter alguém, estou muito feliz. Eu me sinto uma menina de 15 anos, com borboletas no corpo todo. No começo eu não queria me envolver com ninguém, mas viajando fui percebendo que queria uma companhia, eu tenho muito desejo em ser feliz novamente.”

Já o participante afirmou:

“Não, agora não, tive um relacionamento faz pouco tempo, mas não deu certo, quando se tem certa idade você fica seletivo, a maioria das mulheres na verdade procura homem para se escorar sabe e sustentar não dá mais... mas por outro lado sozinho não dá para ficar não, mas não tem jeito a gente compara, quer buscar alguém como ela que morreu, mas a pessoa é única, nunca vai ter alguém igual. Me sinto muito jovem, quero me divertir, acho que estou mais procurando alguém pra passar o tempo do que para engatar um relacionamento.”

Em relação ao participante P5, ao ser questionado se tem vontade de se relacionar novamente com alguém, respondeu:

“Tenho vontade sim, por diversos fatores, primeiro pra não me enterrar na solidão e segundo por fatores biológicos, quem ama também tem quer ser amado, tenho 67 anos, comecei a namorar com 15 anos, na Itália era tudo diferente... sou da moda antiga mas acompanho o futuro, sabe, então por isso ainda tenho vontade sim de encontrar alguém, claro que nunca vai ser igual né...”

A partir de uma revisão de literatura, Suzuki, Silva e Falcão (2012), observaram que geralmente os homens viúvos não ficam sozinhos por um longo período de tempo, estabelecendo novas relações amorosas após a viuvez. Os resultados observados na presente investigação corroboram constatação dos autores, já que dois dos três homens entrevistados buscam novos relacionamentos amorosos. P1 foi o único homem que relatou não estar à procura de um novo relacionamento. Contudo, conta que na época em que perdeu a esposa, há 10 anos, estava aberto a novas relações, porém não encontrou ninguém que o interessasse, indicando que houve a busca por uma nova relação amorosa no passado, apesar de hoje não apresentar o mesmo interesse.

De acordo com Falcão (2009), os homens ao buscarem um novo relacionamento após a viuvez, apresentam sentimentos comuns, como constantes comparações entre a nova relação e a relação prévia com as esposas falecidas. Falcão (2009) também destaca que os idosos viúvos acreditam que sua felicidade ficará comprometida caso não encontrem uma nova companheira, demonstrando uma maior dependência emocional do público masculino. Observou-se que P4 e P5 relataram que sempre haverão comparações entre os novos relacionamentos e aos antigos, já que a nova relação nunca seria igual ao relacionamento com as esposas falecidas.

A participante P3 relatou não querer mais se relacionar afetivamente, atribuindo esse desejo à liberdade conquistada após a morte do marido: “Eu compro o que eu quero, e como à hora quero. Minha vida ficou muito boa, mais simples, mais leve, sem preocupações com ninguém.”. Ao vivenciarem a perda do esposo na velhice, algumas mulheres passam a destinar maior energia às mesmas a partir de relações sociais e lazer, adotando uma rotina diferente daquela que possuíam quando o cônjuge estava vivo, significando a velhice como uma fase de maior liberdade comparada às outras etapas de suas vidas (Tubin, 2019). Sendo assim, é possível inferir que as mulheres entrevistadas não buscam novos relacionamentos por sentirem-se liberas, e desta forma, uma nova relação amorosa poderia privá-las da liberdade conquistada com a viuvez. Já os homens, por culturalmente já experienciarem uma maior liberdade quando comparado às mulheres, significam a viuvez como uma privação da companhia de alguém, revelando um maior estado de dependência emocional nessa etapa da vida.

Outro aspecto observado nas falas dos homens, diz respeito a sentirem-se perdidos e despreparados ao terem de administrar o lar. P4 ao ser questionado sobre as maiores mudanças que sentiu após a perda da esposa, disse:

“Teve mudança de tudo... eu não encontrava mais nada em casa porque quando aconteceu eu não sabia nem onde estava minha camisa!”  
Entrevistadora: “Sério?”

Ela que cuidava da casa então né?”. “Sim, foi um total despreparo, ela tomava conta de tudo, eu só sabia cozinhar então era a única coisa que eu fazia em casa, e ela tomava conta de todo o resto e ainda por cima ela trabalhava também.”

Já P5 relatou:

“Se você vê como está a casa na época que ela era viva e nos dias de hoje... está muito diferente, ela era maníaca de limpeza, colocava álcool em tudo, limpava tudo com álcool, imagina hoje com a pandemia se ela estivesse viva seria contemplada (risos). Ela cuidava de tudo, da saúde dela e de todos, e tudo que você pode imaginar, ela fazia a parte dela com a casa e eu a minha com a parte financeira.”

Quando um dos cônjuges morre, as tarefas são destinadas apenas a quem ficou gerando então uma necessidade de reorganização em suas vidas (Turatti, 2012). Geralmente, com o grande abalo causado pela perda, às reações emocionais podem se estender por um longo período, fazendo com que esse indivíduo não consiga se reorganizar, impossibilitando a elaboração de planos para o futuro (Prizanteli, 2008). A partir das observações referentes às falas de P4 e P5, nota-se que ambos ainda trazem desorganização em suas vidas, principalmente no que se refere ao cuidado do lar.

## CONCLUSÃO

De modo geral, foi observado que aspectos como a qualidade da relação prévia, níveis de companheirismo, cumplicidade, afetividade e o grau de dependência estão diretamente relacionados com a forma como o luto será vivenciado. Em relação aos sentimentos evocados devido à perda do (a) cônjuge, saudades foi o que mais presente. Como visto a partir da literatura, esse sentimento pode trazer aspectos positivos, já que boas memórias podem auxiliar no processo de reestruturação da vida dos enlutados. Por outro lado, quando a saudades vem acompanhada de uma carga emocional melancólica, a presença do sentimento de solidão pode indicar que talvez o luto não tenha sido completamente elaborado. Sobre as formas de enfrentamento que auxiliam na tratativa do luto, observou-se que os principais canais de apoio foram os amigos, a família e a espiritualidade/religião.

Foram observadas diferenças no processo de luto entre homens e mulheres. Observou-se entre os homens uma presença mais intensa do sentimento de tristeza, assim como dificuldades ao terem que lidar com tarefas do lar após a morte da esposa.

Já as mulheres, de modo geral, relataram sentirem-se independentes e não demonstraram ter sua autonomia afetada pela perda do cônjuge. Em relação às pretensões dos participantes para essa nova fase da vida, a maior parte das mulheres afirmaram não quererem mais se relacionar amorosamente, enquanto os homens, em sua maioria colocaram em pauta o desejo de encontrar alguém. Essa diferença pode ser explicada devido à dependência de uma figura feminina que execute cuidados que eram anteriormente desenvolvidos pelas esposas.

## REFERÊNCIAS

Almeida, A., V., Mafra, S. C. T., Silva, E. P & Kanso, S. (2015). A Feminização da Velhice: em foco as características socioeconômicas, pessoais e familiares das idosas e o risco social. *Textos & Contextos*, 14 (1), 115-131.

Baldin, C. B., & Fortes, V. L. F. (2008). Viuvez feminina: a fala de um grupo de idosas. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, 5(1), 43-54.

Bennet, K. M. (1997). Widowhood in Elderly Women: The medium-and long-term effects on mental and physical health. *Mortality*, 2(2), 137-149.

Bennet, K. M. (1998). Longitudinal changes in mental and physical health among Elderly, recently widowed Men. *Mortality*, 3(3), 265-274.

Bertini, F. (2016). *O conceito de saudade (desiderium): a pertinência de uma tradução*. (Manuscrito não publicado). [s.l.]: [s.n.].

Borges, A. A. S., Berto, A. C. S., Oliveira, L. D., Coêlho, J. C. A., Coelho, N. M. D. & Santos, J.

M. (2018). Processo de luto no idoso pós-morte de cônjuge, familiares, amigos e seus agravos. *Revista Conexão Eletrônica*, 15(1), 290-297.

Buaes, C. S. (2005). *Aprender a ser viúva: experiências de mulheres idosas no meio rural*. Dissertação de Mestrado, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre.

Camargos, M. C. S., & Gonzaga, M. R. (2015). Viver mais e melhor? Estimativas de expectativa de vida saudável para a população brasileira. *Cadernos de Saúde Pública*, 31(7), 1460-1472, <http://dx.doi.org/10.1590/0102-311X00128914>

Campos, C. J. (2004). Método de análise de conteúdo: Ferramenta para a análise de dados qualitativos no campo da saúde. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 57(5), 611-614. <https://doi.org/10.1590/S0034-71672004000500019>

Cavalcanti, A. K. S., Samczuk, M. L., & Bonfim, T. E. (2013). O conceito psicanalítico do luto: uma perspectiva a partir de Freud e Klein. *Psicólogo Informação*, 17(17), 87-105. Recuperado de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1415-88092013000200007](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-88092013000200007)

Cocentino, J. M. B. & Viana, T. C. (2011). A velhice e a morte: reflexões sobre o processo de luto. *Rio de Janeiro: Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 14(3), 591-599.

Farinasso, A. L. C., & Labate, R. C. (2015). A vivência do luto em viúvas idosas: um estudo clínico-qualitativo. *SMAD Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas*, 11(1), 25-32.

Farinasso, A. L. C., & Labate, R. C. (2012). Luto, religiosidade e espiritualidade: um estudo clínico-qualitativo com viúvas idosas. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, 14(3), 588-95.

Dawalibi, N., Anacleto G., Witter, C., Goulart, R., & Aquino, R. (2013). Envelhecimento e qualidade de vida: análise da produção científica da SciELO. *Estudos de Psicologia*, 30(3), 393- 403.

Falcão, T. M. L. (2009). *Homem não chora: um estudo sobre viuvez masculina em camadas médias urbanas*. Dissertação de Doutorado. Universidade Federal de Pernambuco, Recife.

Freud, S. (2013). *Luto e melancolia* (tradução de M. Carone). São Paulo, SP: Cosac Naify (Trabalho original publicado em 1917).

Gonçalves, P. C., & Bittar, C. M. L. (2016). Estratégias de enfrentamento no luto. *MudPscSau.[on-line]*, 39-44.

Kreuz, G., & Franco, M. H. P. (2017). O luto do idoso diante das perdas da doença e do envelhecimento - Revisão Sistemática de Literatura. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 69(2), 168-186.

Machado, L. M. (2007). *Satisfação e Insatisfação no casamento: os dois lados de uma mesma moeda?* Dissertação de Mestrado, Universidade Federal de Uberlândia, Minas Gerais.

Borges, T. P. M. (2016). *Luto e religiosidade por perda do cônjuge*. Dissertação de Doutorado. Instituto Universitário da Maia, Portugal.

Norgren, M. D. B. P., Souza, R. M. D., Kaslow, F., Hammerschmidt, H., & Sharlin, S. A. (2004). Satisfação conjugal em casamentos de longa duração: uma construção possível. *Estudos de Psicologia (Natal)*, 9(3), 575-584.

Pinto, Ê. B. (2009). Espiritualidade e Religiosidade: Articulações. *REVER: Revista de Estudos da Religião*, 9, 68-83.

Prizanteli, C. C. (2008). *Coração Partido: o luto pela perda do cônjuge*. Dissertação de Mestrado, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo -PUC, SP.

Santos, M. T. G., & Silva, D. (2018). Vivências de luto e expectativas de relacionamentos futuros em idosos viúvos. *Faculdade Sant'Ana em Revista*, 2(2), 37-50.

Silva, M. D. F., & Alves, J. F. (2012). O Luto em Adultos Idosos: Natureza do Desafio Individual e das Variáveis Contextuais em Diferentes Modelos. *Porto Alegre: Psicologia:*

*Reflexão e Crítica*, 25(3), 588-595.

Souza, C., & Moreira, V. (2018). Tristeza, depressão e suicídio melancólico: a relação com o Outro. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 70(2), 173-185.

Stedile, T., Martini, M., & Schmidt, B. (2017). Mulheres idosas e sua experiência após a viuvez. *Pesquisas e Práticas Psicossociais*, 12(2), 327-343.

Suzuki, M. Y., da Silva, T. L. B., & da Silva Falcão, D. V. (2012). Idosas viúvas: da perda à reorganização. *Revista Kairós: Gerontologia*, 15 (Especial 12), 207-223.

Teixeira, L. M. F. (2010). *Solidão, depressão e qualidade de vida em idosos: um estudo avaliativo exploratório e implementação-piloto de um programa de intervenção*. Dissertação de mestrado, Universidade de Lisboa, Portugal.

Tubin, S. A. (2019). *Autoestima de mulheres idosas após vivência do luto*. Dissertação de Mestrado, Universidade de Passo Fundo, Rio Grande do Sul.

Turatti, B. O. (2012). Implicações da viuvez na saúde: uma abordagem fenomenológica em Merleau-Ponty. *Florianópolis: Saúde & Transformação Social*, 3(1), 32-38.