

O medo de morrer no processo de envelhecimento na perspectiva sistêmica familiar

Alice Parzianello Schirr¹ , Camili Vitoria Antoszczyzn Valandro¹ , Giovana de Souza Boscoli¹ , Iris Sielski de Souza^{1,*} 

1. Pontifícia Universidade Católica do Paraná  – Escola de Medicina e Ciências da Vida – Curitiba (PR), Brasil.

*Autora correspondente: irissielski2308@gmail.com

Editora de seção: Eliane Pelles Machado Amorim 

Recebido: 28 Ago. 2025 Aceito: 14 Jan. 2026

RESUMO

A pesquisa buscou a compreensão do medo do morrer no processo de envelhecimento e as desorganizações e reorganizações no sistema familiar na perspectiva sistêmica, um tema pouco estudado na literatura. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, de campo, utilizando para a coleta de dados entrevistas semiestruturadas com idosos com idades entre 79 e 92 anos residentes em instituições de longa permanência havia pelo menos seis meses, sem a necessidade de um tutor. O presente trabalho resultou em entrevistas com três idosos em que foram discutidos relações familiares, percepção sobre o envelhecimento, perspectivas futuras, religiosidade e o encontro com a finitude. Nas entrevistas, a variação das respostas pode ser percebida pela relação com os contextos social, cultural e principalmente familiar em que cada indivíduo estava inserido, possibilitando que as pesquisadoras correlacionassem os dados de maneira dinâmica. Encerrou-se este trabalho com a convicção de que o envelhecimento é um convite para a resignificação de vínculos, para o exercício da empatia e para a construção de formas de amar e cuidar.

Palavras-chave: Envelhecimento, Luto, Família, Terapia familiar.

The fear of death in the aging process from the systemic family therapy perspective

ABSTRACT

This research sought to understand the fear of death in the aging process and the disorganization and reorganization of the family system from a systemic perspective, a topic little studied in the literature. This is a qualitative field study that used semi-structured interviews with elderly individuals aged 79 to 92 who had been living in long-term care facilities for at least six months without a guardian. This study involved interviews with three individuals, discussing family relationships, perceptions of aging, future prospects, religiosity, and encounters with finitude. In the interviews, the variation in responses can be perceived through the relationship with the social, cultural, and especially family context in which each elderly individual was inserted, allowing the researchers to dynamically correlate the data. This work concluded with the conviction that aging is an invitation to redefine bonds, to practice empathy, and to build ways of loving and caring.

Keywords: Aging, Grief, Family, Family therapy.

El miedo a morir en el proceso de envejecimiento desde una perspectiva familiar sistémica

Resumen

Esta investigación buscó comprender el miedo a la muerte en el proceso de envejecimiento y las desorganizaciones y reorganizaciones en el sistema familiar desde una perspectiva sistémica, un tema poco estudiado en la literatura. Se trata de una investigación cualitativa de campo, que utilizó entrevistas semiestructuradas con personas mayores de entre 79 y 92 años que residieron en instituciones de cuidados a largo plazo durante al menos seis meses, sin necesidad de un tutor. El presente trabajo resultó en entrevistas con tres personas mayores en las que se discutieron las relaciones familiares, la percepción del envejecimiento, las perspectivas de futuro, la religiosidad y el encuentro con la finitud. En las entrevistas, la variación en las respuestas se puede percibir a través de la relación con los contextos sociales, culturales y, especialmente, familiares en los que cada individuo se insertó, lo que permitió a los investigadores correlacionar los datos dinámicamente. Este trabajo concluyó con la convicción de que el envejecimiento es una invitación a la resignificación de los vínculos, al ejercicio de la empatía y a la construcción de formas de amar y cuidar.

Palabras clave: Envejecimiento, Dolor, Familia, Terapia familiar.

INTRODUÇÃO

Conceito de envelhecimento e o processo de luto

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2005), em sua definição sobre o conceito de envelhecimento de 2005, esse processo, de maneira saudável, se conceitua conforme a ideia de desenvolvimento e manutenção da capacidade funcional que permite o bem-estar na idade avançada. Em 2023, o conceito de envelhecimento se adaptou para algo considerado heterogêneo, sendo fortemente influenciado por variáveis sociais e físicas (OMS, 2023).

Nesse sentido, os autores Tavares et al. (2017) afirmam que os próprios idosos percebem o envelhecimento saudável como a adoção de hábitos e comportamentos necessários e condizentes ao estilo de vida, com destaque para a alimentação saudável, prática de exercícios físicos e principalmente a não prática de hábitos que façam mal para a saúde, como o tabagismo.

Além do aspecto físico, há as dimensões social, espiritual e psicológica, que exercem papel fundamental na forma como os idosos concebem a idade e o processo de envelhecimento, compreendendo que o envelhecimento saudável está associado a práticas que favorecem sentimentos de otimismo e uma visão positiva da vida (Tavares et al., 2017).

Entendendo que a pessoa idosa, mesmo em um envelhecimento saudável, vive um período de solidão, perdas e doenças, ela pode ser vista como um peso no contexto da dinâmica social e familiar (Couto et al., 2008). Com base nisso, entende-se que o processo do desenvolvimento dessa etapa da vida é caracterizado pelos lutos, os quais se tornam constantes.

O processo do luto, por sua vez, é um fator presente no dia a dia dessas pessoas e de suas famílias. Kübler-Ross (1998) compreende que a morte é recorrentemente imaginada como um acontecimento carregado de medo e pavor, constituindo um receio compartilhado pela maioria e um objeto de forte negação.

Com isso, a negação à morte e ao sofrimento pode produzir reações como a negligência ao idoso, comprometendo seu processo perante as perdas. Dessa forma, é importante que no luto o idoso e sua família reconheçam todas as etapas dessa fase da vida para que se internalizem de maneira saudável suas condições (Giacomin et al., 2013).

O medo da morte

A tanatofobia, segundo Kübler-Ross (1969), ou medo da morte, é amplamente suprimida na sociedade moderna, sendo tratada como um tabu. Essa negação resulta em comportamentos de evitamento e dificuldades emocionais significativas para aqueles que enfrentam a velhice e para seus familiares.

De acordo com a visão sistêmica, Minuchin (1982) traz que esse medo afeta profundamente a dinâmica e as interações familiares, levando a mudanças nos papéis e nos relacionamentos internos, afetando especialmente o equilíbrio familiar quando confrontados com a realidade da morte.

Bowen (1978), ao introduzir o conceito de homeostase familiar, argumenta que as famílias tendem a manter um estado de equilíbrio dinâmico, mas em eventos de crise, como o envelhecimento e a iminência da morte, podem interromper esse equilíbrio, gerando desorganização nas relações entre os membros familiares. Tais desorganizações podem se manifestar em forma de estresse, conflitos e distanciamento emocional.

O envelhecimento é acompanhado pela aproximação da finitude, o que intensifica o medo da morte. Giacomin et al. (2013) exploram o fenômeno do luto antecipado, que, segundo os autores, pode preparar a família para a perda, mas também provoca sentimentos de solidão e abandono, especialmente quando os laços familiares não são fortes o suficiente para oferecer suporte emocional adequado (Giacomin et al., 2013).

As relações familiares do indivíduo idoso

A família é marcada por constantes mudanças, e as ocorrências com um membro impactam todos os demais. Com a entrada de um familiar na velhice, tornam-se mais presentes e visíveis processos transicionais de adaptação e acomodação às novas situações nas relações familiares (Minuchin, 1982).

Os relacionamentos familiares no estágio tardio da vida não perdem sua importância, e a família como um todo passa por novos desafios nessa etapa, sendo necessária uma readaptação. A maior parte das pesquisas indica que a tríade contato social, apoio e longevidade é essencial, pois o maior contato com amigos, visitas ou convívio com outros familiares contribui para a maior qualidade de vida em comparação com os que têm menor ou nenhum contato (Carter & McGoldrick, 1995).

Desse modo, entende-se que são diversos os recursos e as potencialidades presentes nesse estágio tardio da vida. Não se trata exclusivamente de um período de perdas, limitações e afastamentos, mas também de novas experiências e investimentos sociais. Os idosos têm autonomia, com diferentes relações a investir (Couto et al., 2008).

Juntamente com as novas possibilidades e vivências que a velhice pode trazer, as experiências passadas de um bom funcionamento familiar colaboram na maior flexibilidade de papéis e no enfrentamento bem-sucedido de desafios na velhice (Walsh & McGoldrick, 1998).

Desorganizações e reorganizações na perspectiva da terapia sistêmica

De acordo com Minuchin e Nichols (1995), a morte é um processo em que a família precisa se reorganizar, posto que a força e as funções dos seus membros se modificam. Quando as circunstâncias mudam, a estrutura familiar deve ser capaz de se adaptar, e essa família como um sistema integrado depende da existência de padrões, do acesso ao nível desses padrões e da possibilidade de flexibilização deles — quando necessário.

Embora se fale sobre a importância do suporte da família, não são numerosas as pesquisas que abordam a relação entre dinâmica familiar e envelhecimento no processo de luto, o que pode mostrar que o assunto ainda é uma área pouco trabalhada. Ademais, os estudos enfatizam a importância da ampliação no campo acadêmico de buscas, investigações e criação, harmonização de métodos e instrumentos para avaliar os contextos e variáveis no sistema familiar (Delalibera et al., 2015).

Conforme o que foi apresentado anteriormente, teve-se como objetivo geral de pesquisa analisar o medo da morte associado ao envelhecimento na perspectiva da terapia familiar sistêmica. Além disso, os objetivos específicos dividem-se em identificar como os idosos lidam com a morte e verificar a presença de possíveis desorganizações e reorganizações no sistema familiar diante do medo que o idoso manifesta em relação à sua própria morte.

Com base nisso, a hipótese aqui levantada foi a de que o medo da morte se intensifica com o envelhecimento, provocando desorganizações sistêmicas nas estruturas familiares, mas também impulsionando reorganizações adaptativas entre os membros. Desse modo, esta pesquisa buscou analisar o medo da morte associado ao envelhecimento na perspectiva da terapia familiar sistêmica.

MATERIAL E MÉTODOS

Desenho de estudo

O estudo foi desenvolvido por meio da pesquisa de campo qualitativa, visando aprofundar as experiências dos participantes, considerando seu contexto e ambiente. Foi escolhida essa categoria de pesquisa pelo fato de não se terem encontrado outros estudos nacionais abordando o tema (Denzin & Lincoln, 2018).

Nesse sentido, a pesquisa também se define por não experimental, uma vez que se baseia nas observações para chegar a conclusões para a investigação. Nela, o pesquisador observa o contexto diretamente e não pode controlar ou alterar os sujeitos da pesquisa, não contando com variáveis (Yin, 2016).

Características dos participantes ou de outras fontes de informação

Na pesquisa, foram estudadas as relações familiares dos idosos e suas famílias, tendo como ponto principal da discussão as possíveis desorganizações e reorganizações dos sistemas diante do medo da morte. Inicialmente, foi feito o recorte da faixa etária dos idosos: de 75 até 100 anos de idade.

Optou-se também por entrevistar três indivíduos que estivessem pelo menos seis meses na instituição sem a necessidade de tutoria. As entrevistas foram realizadas em uma instituição de longa permanência para idosos da Região Metropolitana de Curitiba (PR), de maneira presencial.

Para a escolha desses indivíduos, foi proposto pela instituição um momento de conversa com os idosos para que se pudesse ter maior contato prévio com os possíveis entrevistados. Nesse primeiro contato foram selecionados os idosos, e assim se realizou a entrevista com os três escolhidos.

Equipamentos e instrumentos para a coleta de dados

Foram utilizados instrumentos para a coleta de dados (gravação de voz), como os celulares iPhone 13 (Versão 18.5, modelo MLQ73QBZ/A), e para a transcrição das entrevistas o *site* TurboScribe. Após a transcrição, as gravações foram

deletadas para garantir o sigilo das informações disponibilizadas pelos participantes. Também foi empregado um roteiro para a entrevista semiestruturada.

Procedimentos para a coleta de dados

A coleta de dados da pesquisa foi feita mediante entrevistas semiestruturadas, explorando a realidade do entrevistado por meio de um tema específico, possibilitando a análise e comparação posterior das respostas dadas. A finalidade da entrevista semiestruturada é esquematizar posicionamentos e pensamentos do entrevistado sobre o tema abordado, além de exigir relação com o entrevistador (Rosa & Arnoldi, 2014).

A escolha da entrevista semiestruturada se deu pela necessidade de um método de coleta de dados que possibilitasse a relação e maior vínculo entre o entrevistado e o entrevistador. Para além disso, a entrevista semiestruturada mostra-se importante por obter maior participação subjetiva do entrevistado, que procura abranger suas ideias, emoções e opiniões. O questionamento é profundo e subjetivo, o que traz a possibilidade de um relacionamento recíproco de confiabilidade (Rosa & Arnoldi, 2014).

Procedimentos para análise de dados

A análise de dados foi realizada com base nas teorias e práticas da modelização de Morin e Le Moigne (2000) e pressupõe que o pesquisador tenha por conhecimento os princípios da complexidade de Jean Le Moigne (1977).

A técnica de análise de dados foi adaptada para o modelo utilizado por Freitas (2021), o qual se divide em seis etapas principais: reorganização dos recortes; análise dos recortes; definição de palavras-chave; elaboração de quadro associativo; construção da representação gráfica; e descrição reflexiva da representação gráfica.

Assim, o primeiro passo é desenvolvido para reagrupar os recortes. O segundo consiste em analisar os recortes selecionados com base na teoria utilizada. O terceiro passo constitui elaborar palavras-chave por meio das temáticas obtidas no passo anterior. As palavras-chave permitem como desdobramento a composição de um quadro associativo. O quadro associativo, composto das palavras-chave, tem o objetivo de organizar de maneira sistemática quais delas estão relacionadas, tendo como base a análise dos recortes, sendo possível a visualização dessas associações (Freitas, 2021). Após esse passo, cria-se a representação em figura desse quadro associativo, que permite aos autores maior flexibilidade na associação e relação entre as palavras-chave anteriormente destacadas. Por fim, o último passo da modelização consiste em elaborar a descrição reflexiva da representação gráfica.

Para a realização da pesquisa, o projeto passou pela aprovação direta do Comitê de Ética em Pesquisa, sendo requeridos a assinatura da psicóloga responsável pela instituição de longa permanência e do termo de comprometimento livre e esclarecido assinado pelas pesquisadoras e pelos participantes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Caracterização dos participantes

A presente seção apresenta os resultados obtidos nas entrevistas semiestruturadas realizadas em dois dias com três indivíduos idosos institucionalizados na instituição de longa permanência, com idades entre 75 e 100 anos. Os sujeitos eram lúcidos e residentes havia pelo menos seis meses na instituição. A construção da estrutura dos dados obtidos foi feita conforme a interpretação dos resultados da pesquisa e correlação com a teoria sistêmica familiar.

Análise das entrevistas e seus significados

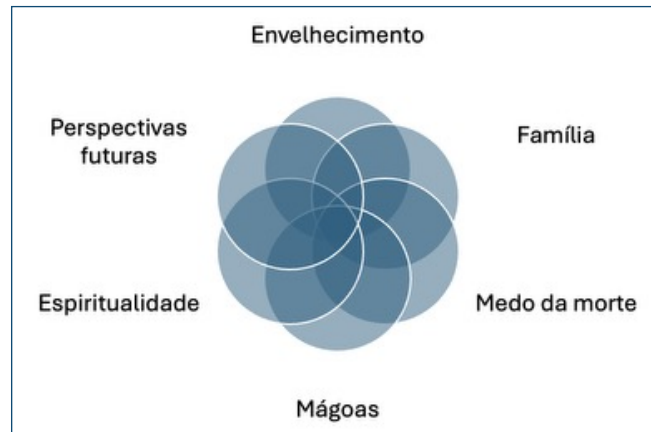
Na análise e discussão dos dados obtidos foi realizada a seleção de seis palavras-chave fundamentadas nos temas que surgiram por meio das respostas dos entrevistados, sendo elas: envelhecimento, família, medo da morte, espiritualidade, perspectivas futuras e mágoas.

A Tabela 1 e a Fig. 1 demonstram a relação dos principais temas que surgiram dos entrevistados e que todos se interseccionam, mostrando-se pertencentes uns aos outros.

Tabela 1. Intersecções.

Palavra-chave	Envelhecimento	Família	Medo da morte	Espiritualidade	Perspectivas futuras	Mágoas
Envelhecimento		X	X	X	X	X
Família	X		X	X	X	X
Medo da morte	X	X		X	X	X
Espiritualidade	X	X	X		X	X
Perspectivas futuras	X	X	X	X		X
Mágoas	X	X	X	X	X	

Fonte: Elaborada pelas autoras.



Fonte: elaborada pelas autoras.

Figura 1. Intersecções.

Envelhecimento

Participante 1: M

O entrevistado M, do sexo masculino, 79 anos, relatou não estar contente com o envelhecimento, ao mesmo tempo em brincadeiras disse que não se reconhece nesse estágio da vida.

Como você enxerga o processo de envelhecimento na sua vida?

M: Envelhecimento é um troço péssimo, né, ninguém pode dizer que é bom. E você tem que levar da melhor maneira possível. É o que eu acho, aquilo que eu te falei ontem. Procurar não deixar a tua cabeça envelhecer. É isso aqui.

M: A idade é uma porcaria, né? Eu ia dizer melhor idade? A melhor idade é de vocês. Essa aqui é a pior idade.

Participante 2: E

A participante E, de 92 anos, leva o envelhecimento como algo normal da vida, como um estágio natural do ciclo vital, e narrou sobre a sua visão de mundo não ter mudado por conta da sua idade.

Como você enxerga o processo de envelhecimento na sua vida?

E: Pra mim é normal, uma coisa que acontece, tô com 92 anos agora, e meu aniversário é dia 2 de março de 1933. Sente que, ao pensar em tudo o que viveu até esse momento, tem algo na vida que hoje você enxerga de um jeito diferente ou que passou a dar maior valor?

E: Não enxergo nada de um jeito diferente, naquele tempo eu era jovem, agora eu sou velhinha. Passei a dar mais valor ao trabalho, o tempo passava muito rápido, agora eu fico o dia inteiro fechada nesta casa, me sinto mal, mas a gente vai vivendo né?

Participante 3: I

A entrevistada I, de 79 anos, refere-se ao envelhecimento como a aproximação da morte e deixa claro que isso não é uma preocupação diária para ela, mas que periodicamente pensa sobre o fato: “Na verdade, eu enxergo como uma coisa ruim, né? É um processo que é um passo, cada dia um passo a mais para a sepultura, né?”.

De acordo com Minuchin (1982), a família proporciona a seus membros individualidade. Para a criação da identidade do indivíduo, é de extrema importância que fatores como o sentido de pertencimento e a separação sejam adquiridos no sistema familiar. O sentido de separação ocorre pela participação em diferentes subsistemas familiares e grupos extrafamiliares em diversos contextos durante as inúmeras fases da vida. Nesse sentido, novos modelos de família são percebidos na sociedade atual, como os idosos que vivem em instituições de longa permanência.

Ainda, de acordo com Castro e Camargo (2017), o termo em ascensão “melhor idade” parece tentar dismantelar as imagens negativas relacionadas ao envelhecimento, como a morte, as doenças e a inatividade, além de objetificar o idoso como uma figura de sabedoria e experiência, porém acaba minimizando as perdas decorrentes do envelhecimento e suas transformações orgânicas e psicológicas. Essa generalização acaba desconsiderando a pluralidade das experiências de envelhecimento, que reflete em um equilíbrio entre ganhos e perdas nesse período do ciclo vital.

Família

Participante 1: M

Participante M, de 79 anos, do sexo masculino, demonstrou em seu discurso forte proximidade com sua irmã e descreveu um vínculo afetivo estável com outros membros da família: *“E a minha irmã hoje em dia tem um relacionamento maravilhoso com ela. O que não é o comum aqui... Isso aqui é uma casa que não é de velho bonzinho. O velho bonzinho fica em casa”*.

O entrevistado relatou trocas frequentes por meio do telefone e visitas, especialmente à casa da irmã. Embora tenha reconhecido exceções, afirmou sentir carinho e respeito pela maioria dos familiares.

Participante 2: E

Participante E, de 92 anos, do sexo feminino, relatou que mantém contato regular sobretudo com o filho e o neto, que a visitam semanalmente na instituição.

Você sente que tem pessoas com quem pode contar e dividir momentos nesta fase da vida?

E: Posso, meu filho e meu neto, eles vêm aqui todo fim de semana conversar, ver se eu tô bem, mas não fazem nenhuma atividade, só trazem umas bolachas e chocolate.

Participante 3: I

Participante I, de 79 anos, do sexo feminino, relatou diminuição no número de visitas por parte da família após passar por mudança de instituição.

Me fale como é a relação hoje com a sua família. Hoje em dia você recebe visita deles?

I: Olha, eu recebo, só que eu recebi mais visita quando era em Curitiba, que a primeira casa que eu fiquei, casa de repouso.

I: Mas, é bem assim, um lugar bom. A minha filha ia seguido com meu neto, tudo é, mas agora aqui é muito longe. Às vezes não vem uma mesma semana, demora mais um pouco, 10 dias, por aí. Então ela só vem quando o marido dela pode vim. Ou então o meu filho está de folga ou faz uma folga. Daí vem. Ela não vem sozinha.

A família, segundo Minuchin (1982), é o primeiro contato social da criança, sendo o reflexo da sociedade e da cultura em que o indivíduo existe. Nesse sentido, para os idosos, a família retoma um lugar de cuidado e proteção física, mental e financeira. De acordo com Souza et al. (2007), a família do idoso é um pilar muito importante para a estrutura física e psicológica do indivíduo; ela oferece suporte emocional e instrumental, informação e interação social positiva.

Percebeu-se que os participantes têm diferentes vínculos com suas famílias, e cada uma delas foi formada pelas relações com a sociedade e cultura de maneiras distintas. O contato direto com a família por parte dos três participantes demonstra uma provável necessidade de manutenção da estrutura anterior, ou seja, antes da instituição de longa permanência, quando o idoso ainda morava com os familiares, estrutura que sofreu mudanças pela troca de ambiente e estímulos.

O medo da morte

Participante 1: M

O participante M, de 79 anos, sexo masculino, relatou não ter medo da morte, com clara expressão de desejo para que ela ocorra de maneira tranquila, com o menor sofrimento físico possível.

Sobre o quê? Finitude é tchuf, né? Embaixo da terra. Olha, eu digo o seguinte. Não tenho medo nenhum da morte. Nenhum. Uma coisa vai ser natural. Claro que, se for uma coisa assim, sem sofrer, que pintar na hora. Ah, foi dormir e morreu. Putz, que maravilha. Isso é o que melhor pode acontecer para um velho.

Ademais, M destacou que evita comentar sobre o tema finitude/morte com sua família, visto que percebe ser um assunto gerador de preocupações e desconforto entre os familiares, especialmente em relação ao seu estado de saúde: “*Olha, eles ficaram muito perturbados quando eu fiquei mal assim, que o médico achou que eu ia morrer. Eu tive uma osteomielite. Que você tem, depois de você ter a osteomielite, nunca mais fica bom. Você fica com ela latente, mas tem*”.

O participante também relatou sobre a ordem natural da família em relação à morte, como a morte na velhice é natural, e a morte na infância abala todo o sistema familiar.

São coisas que têm que ser naturais. A minha sobrinha, que foi mãe e avó tarde. [...] E ela teve um filho. E... esse garoto com 11 anos morreu. Morreu de uma hora pra outra, sem nada, ninguém saber. [...] E aí é uma coisa que você sente muito. Porque não é natural. Se fosse, por exemplo, uma pessoa mais velha, uma pessoa da minha idade, aí se encara de uma maneira natural.

Participante 2: E

Participante E, de 92 anos, sexo feminino, durante a entrevista falou sobre como a morte é um tema que lhe gera tristeza e certa angústia. Ela reconhece a inevitabilidade da finitude, porém apresenta pesar ao pensar na perda de tudo o que foi construído ao longo da vida.

Como é para você ouvir ou conversar alguém que quer falar sobre finitude? O que isso desperta em você?

E: Eu fico triste, porque a gente sabe que um dia a gente vai morrer, tudo que a gente aprendeu, tudo que a gente um dia falou.

A perda de entes queridos é tratada pela entrevistada com aparente naturalidade, já que, segundo ela, a maior parte de seus familiares já falecera.

Você costuma pensar sobre a finitude da vida?

E: Sim, às vezes eu penso na minha morte. Deus sabe a hora que eu vou sair desse mundo. Nós nunca falamos sobre isso.

Como é para você pensar sobre a possibilidade de perder alguém querido? Como lida com esses sentimentos?

E: Para falar bem a verdade, eu me sinto bem, normal. Minha família está toda morta, minhas irmãs, meus pais, todos mortos. Eu não era a mais nova, mas agora tem mais eu e uma irmã minha, que é freira.

Participante 3: I

Participante I, de 79 anos, do sexo feminino, expressou uma postura mais resignada diante do tema morte.

E a gente estar conversando sobre isso, ou às vezes, se a senhora escuta alguém conversando sobre essa questão da finitude mesmo, desperta algo diferente em você? Algo tipo um desconforto ou um conforto?

I: Não, conforto, não. Desperta uma coisa duvidosa. Que a gente fica nervosa. Porque é uma coisa pra ficar pensando, né? A gente não é só corpo, a gente tem o espírito e vai pra um lugar bom, ruim etc. e tal.

Falar sobre a morte, sobretudo no contexto do envelhecimento, é abrir espaço para um tema que frequentemente é silenciado, tanto no cotidiano familiar quanto nas instituições. Os relatos colhidos evidenciam diferentes maneiras de lidar com a finitude; há quem encare a situação com serenidade, quem a evite por medo ou desconforto e quem a perceba como parte de um processo espiritual inevitável. Em comum, no entanto, está o peso simbólico que a morte carrega, não apenas como fim biológico, mas como ruptura de vínculos, interrupção de histórias e muitas vezes ausência de escuta.

Segundo Walsh e McGoldrick (1998), a finitude deve ser compreendida no ciclo vital da família, exigindo reorganizações simbólicas e práticas. O modo como cada membro lida com o tema da morte, falando, silenciando ou espiritualizando, diz respeito também à cultura familiar e aos padrões relacionais construídos ao longo da vida.

Conforme apontam Boszormenyi-Nagy e Spark (1986), os vínculos familiares carregam lealdades invisíveis, que muitas vezes se manifestam na forma como os membros expressam (ou reprimem) seus sentimentos diante da perda. A morte,

nesse sentido, é um momento crítico que pode reativar antigos padrões de relacionamento, expor tensões latentes ou, ao contrário, promover uma reconfiguração afetiva entre os membros da família.

Ademais, o silêncio em torno da morte pode ser compreendido como uma tentativa de manter-se a homeostase do sistema, evitando o enfrentamento de emoções difíceis como o medo, a tristeza ou a impotência. Minuchin (1982) observa que os sistemas familiares tendem a evitar temas que possam ameaçar sua coesão, e a morte, por ser uma realidade incontornável, muitas vezes ocupa esse lugar de tabu, no entanto evitar o tema pode gerar isolamento emocional, especialmente para o idoso, que se vê impossibilitado de compartilhar seus sentimentos e receios.

Em contrapartida, a espiritualidade aparece como um recurso importante na elaboração do medo da morte. Como destaca Walsh (2009), práticas espirituais e crenças religiosas oferecem uma linguagem simbólica que permite ressignificar a finitude não como fim absoluto, mas como transição. Essa visão pode suavizar a ansiedade existencial e oferecer conforto tanto para o indivíduo quanto para seus familiares, funcionando como um elo de continuidade entre gerações.

Espiritualidade

Participante 1: M

Para o participante M, a religião não é algo presente em sua vida no momento. Ele se autodenomina ateu: “É *monstro* isso aqui. Mas é um pessoal simples que... Eu digo o seguinte, eu sou ateu. Sou ateu completamente. Não acredito mais”.

Participante 2: E

O conceito de espiritualidade esteve muito presente durante a entrevista feita com E. Em seu quarto, como observou a entrevistadora I, havia vários quadros com referência às imagens religiosas, como Jesus Cristo e Virgem Maria.

Você costuma pensar sobre a finitude da vida?

E: *Sim, às vezes eu penso na minha morte. Deus sabe a hora que eu vou sair desse mundo.*

Participante 3: I

Na entrevista com a participante I, foi percebida uma visão diferente da dos outros participantes, ainda que de todo modo religiosa.

Pra Deus, que reserve uma morada ditosa, que quer dizer boa, sabe? Uma morada boa, né? Depende da evolução do espírito, daí já é questão do que o corpo fez. Então, eu penso que Deus me ajude e que eu possa ter um lugar bom, né? Que não seja um lugar ruim, pra eu descansar, pra eu morar e ficar bem nesse lugar.

A religião, segundo Valle (2005), é orientada por metas, valores e normas que são compreendidos pelas pessoas tendo em vista o que são, sentem, pensam e buscam. A família, nesse sentido, exerce grande influência na construção da religiosidade, atuando como mediadora, visto que é na família que o indivíduo se humaniza, se torna capaz de relacionar-se com a transcendência ou capacita o indivíduo para que selecione de modo liberto os ensinamentos do sistema (De Paiva, 2013).

De acordo com Goldstein e Neri (1999), a religião, para muitas pessoas, é um grande referencial, que tem ainda notoriedade na meia-idade, visto que nesse momento do ciclo vital os indivíduos tendem a dar maior atenção a aspectos internos, ocasionando mais sentimentos e comportamentos religiosos.

Além disso, a religiosidade tem papel importante durante o envelhecimento para enfrentar desordens morais, sociais e familiares, pois age como subsídio para enfrentar eventos estressores vivenciados nesse momento, como perdas e transformações fisiológicas. Ela também assegura que essa fase da vida não seja caracterizada pelo abandono nem pela solidão, vulnerabilidade para transtornos depressivos nem perda dos papéis sociais (Dendena et al., 2011).

Perspectivas futuras

Participante 1: M

Na entrevista feita com o participante M, foi relatado por ele a possibilidade de um futuro, o que indica visão de continuidade do ciclo vital. Porém, ainda de acordo com o entrevistado, esse futuro não necessariamente indica uma vida saudável.

Mas você vê a maneira de ela encarar, com 90. Porque para mim ainda faltam dez anos. Eu não sei o que seriam esses dez anos. Porque é só decréscimo, né? Você tá a ladeira abaixo. Se você quiser ficar para baixo, eu acho que vem mais doença, vem tudo. Você não pode permitir que a tua cabeça envelheça tanto que o teu corpo envelhece.

Participante 2: E

Diante das perguntas relacionadas às perspectivas futuras, o único momento em que E comenta sobre o assunto é quando a entrevistadora a questiona acerca da possibilidade de perder algum ente querido e como isso a faria se sentir: *“Você está estudando, né? Eu tô parada aqui, respondendo às suas perguntas, mas obrigada”*.

Participante 3: I

Ao pedir para I contar como são as conversas em família sobre o momento da finitude, a participante faz relação com as perspectivas de um futuro próximo de sua vida, também demonstrando as fronteiras familiares: *“Ah, sobre o fim da vida, a gente não conversa sobre isso. Eu prefiro não conversar, né?”*; *“Eles podem dizer que vão cremar e mentir para mim, não é porque o que que eu vou saber depois?”*.

Jerusalinsky (2013) descreve a velhice como diferente das outras fases da vida. Nesse momento, o idoso encontra-se em um disparo de contradição contra o próprio tempo, em que ocorre a minimização do futuro, da qual se extraem as principais significações da vida que ainda resta.

Segundo Veríssimo (2002), o estágio da maturidade é marcado pela faixa etária para além dos 60 anos, sendo denominado de “idade da reforma”. Nessa fase, o indivíduo idoso que sente aproximar-se do fim da vida se vê obrigado a olhar para o passado perante a possibilidade de duas reações: integridade e satisfação ou amargura e inaceitação. O autor discorre sobre como pode ser o sentimento do idoso considerando essas reações distintas diante da velhice. Por exemplo, a não resolução das crises anteriores se reflete em amargura, na “sensação de que o tempo é pouco, demasiado curto para tentar começar nova vida e vias alternativas para a integridade” (Veríssimo, 2002, p. 23).

Percebe-se, dessa maneira, que são variadas as reações perante essa fase da vida e que as perspectivas de um futuro próximo são extremamente influenciadas pela finitude, relacionada principalmente à espiritualidade, ao passado vivido e às famílias do indivíduo idoso.

Mágoas**Participante 1: M**

O relato do participante M demonstrou como os idosos podem se sentir em relação às instituições de longa permanência, sendo apontado como uma das mágoas desse grupo de pessoas: *“Muito, muito abandono. Gente que pega e faz daqui um depósito de velho. Jogam velho aqui. Claro que os velhos daqui não são os velhos bonzinhos. O velho bonzinho fica em casa com a família, com tudo, né”*.

Participante 2: E

Na entrevista de E, a participante relatou grande saudade do trabalho que fazia como professora de primeira comunhão e catequista, fazendo-se entender a importância que atribuía a sua profissão.

Sente que, ao pensar em tudo o que viveu até esse momento, tem algo na vida que hoje você enxerga de um jeito diferente ou que passou a dar maior valor?

E: Não enxergo nada de um jeito diferente, naquele tempo eu era jovem, agora eu sou velhinha. Passei a dar mais valor ao trabalho, o tempo passava muito rápido, agora eu fico o dia inteiro fechada nesta casa, me sinto mal, mas a gente vai vivendo né?

Participante 3: I

As mágoas encontradas no diálogo de I apontam para as relações dela com sua família. Foi percebido pelas entrevistadoras um forte vínculo com o seu passado, e relatos constantes de conflitos vinham à tona durante a conversa.

Olha, eu, na verdade, claro, eu perdi minha mãe, né? Perdi minha mãe, a pessoa que eu mais adorava, né? Que eu tinha que sofrer, eu sofri. Falta a gente sente. Eu tenho só uma irmã. Se quiser levar ela primeiro, problema é dela. Se não levar, não levou. Eu não vou sair daqui pra ir no velório dela. Não vou. [...] Falou que ela [irmã] vai ligar pra você no aniversário e você não deixe de atender. Eu não vou atender. E eu não posso estar falando as coisas ruins que eu guardo e que sei. É uma coisa que eu tenho que ficar só pra mim.

Apesar de acontecerem as visitas e interações, I relatou sentir que não pode dividir todas suas questões com a família, além de mencionar mágoas antigas que permanecem acompanhando-a.

Em relação à sua família, você sente que pode contar com e dividir momentos com eles?

I: Olha, eu não posso dividir tudo com eles, né? Porque tem muita coisa que eu guardo que não dá para falar com eles, que são mágoas minhas do passado. Eu não posso dividir isso com elas, porque eu vou. Eu não posso falar mal delas na cara delas, entendeu?

Ao escutar relatos marcados por mágoas familiares, entra-se em contato com memórias que, mais do que eventos passados, continuam vivas no presente como afetos não resolvidos. Esses sentimentos, muitas vezes silenciados, mostram o quanto a dor psíquica pode se tornar um elemento constante na vida emocional de uma pessoa, especialmente quando não há espaço de escuta ou acolhimento nos vínculos mais próximos.

Jerusalinsky (2013), em seu texto *Lembranças e outros esquecimentos*, ajuda a compreender que a memória não é uma simples repetição do que aconteceu, mas sim uma reconstrução carregada de sentidos inconscientes. Ele propõe que os esquecimentos não significam ausência de lembrança, mas sim processos de recalque, nos quais certos conteúdos dolorosos não encontram lugar para serem simbolizados e, por isso, retornam de forma indireta, muitas vezes como sintomas, mágoas ou ressentimentos.

Em alguns relatos, nota-se o sentimento de que apenas determinados idosos, considerados “bonzinhos”, são mantidos com a família, enquanto outros são “depositados” nas instituições, o que revela uma percepção de julgamento moral ligado à condição da institucionalização. Esse tipo de narrativa reforça uma experiência de abandono não só físico, mas simbólico, como se o idoso deixasse de pertencer ao seu sistema familiar e passasse a ocupar um lugar à margem da estrutura afetiva. Essa impossibilidade de dividir sentimentos com a família sugere o quanto certos vínculos podem se tornar espaços de silêncio, e não de partilha. A mágoa, nesse contexto, torna-se uma forma de proteção, mas também de aprisionamento afetivo.

Segundo Minuchin (1982), as emoções e os comportamentos dos indivíduos estão sempre inseridos em padrões relacionais mais amplos, e a mágoa pode ser vista como um sintoma da dinâmica do sistema familiar. Muitas vezes, ela cumpre funções específicas, como manter a coesão de certos papéis ou delimitar fronteiras entre os membros. No relato de I, há indícios de vínculos marcados por fronteiras rígidas e dificuldades comunicacionais. Ela relatou que “*não pode falar mal delas na cara delas*” e que prefere não atender a ligações em datas significativas. Esses comportamentos podem ser interpretados como tentativas de manter a própria integridade emocional diante de relações que já causaram sofrimento. Boszormenyi-Nagy e Spark (1986) falam sobre as “lealdades invisíveis” que estruturam os vínculos familiares, obrigações silenciosas, transmitidas entre gerações, que muitas vezes impedem o indivíduo de se libertar de culpas e ressentimentos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Refletir sobre o envelhecimento e o medo da morte à luz da perspectiva sistêmica é adentrar em um território de profundas transformações e intersecções humanas. Ao longo deste trabalho, houve a busca pela compreensão de como a proximidade da finitude ressoa em vários aspectos individuais do idoso, mas também na complexidade dos sistemas familiares a que pertencem.

O envelhecimento, com suas inevitáveis perdas e mudanças, revela a fragilidade e simultaneamente a força das relações humanas. Foi observado que o medo da morte e o envelhecimento são experiências diferentes para cada um, o que demonstra a individualidade construída pela cultura familiar e os padrões relacionais edificados ao longo da vida.

A família, enquanto sistema vivo e dinâmico, encontra-se constantemente desafiada a ajustar seus padrões, redistribuir seus papéis e ressignificar suas funções diante do envelhecimento de um de seus integrantes. O envelhecimento de um membro do sistema familiar pode se tornar uma fonte de desorganização emocional e relacional, mas também agir como um catalisador para novas formas de conexões e reorganizações afetivas entre os membros da família, a fim de preservar a funcionalidade do sistema. Compreender essas dinâmicas permitiu perceber que o processo de envelhecimento não é apenas um fenômeno biológico, mas também relacional, emocional e multidimensional.

O processo de envelhecimento perante as desorganizações e reorganizações sistêmicas é uma área ainda pouco pesquisada, o que demonstra a necessidade de construção perante a sociedade de caminho científico.

Nesta pesquisa, percebeu-se que a morte continua sendo um tabu perante a sociedade; não é um assunto comentado nas famílias e evita-se pensar sobre. O envelhecimento ainda é visto majoritariamente como um estágio negativo no ciclo de vida, e não considerado como um estágio plural de ganhos e perdas.

Acerca do tabu em relação à morte, embora se fale sobre a importância do suporte da família, não são numerosas as pesquisas que abordam a relação de dinâmica familiar e envelhecimento no processo de luto, o que pode mostrar que essa é uma área de estudo pouco trabalhada e que merece maior atenção no campo de pesquisa da psicologia. Os estudos

ênfatisam a importância da ampliação no campo acadêmico de buscas, investigações e criação e harmonização de métodos e instrumentos para avaliar os contextos e variáveis no sistema familiar (Delalibera et al., 2015).

Encerra-se este trabalho com a convicção de que o envelhecimento é um convite para a resignificação de vínculos, para o exercício da empatia e para a construção de formas de amar e cuidar. Portanto, espera-se que esta pesquisa contribua para ampliar o olhar dos profissionais da saúde, das famílias e da sociedade em geral sobre a importância de cuidar das relações no envelhecer.

A pesquisa realizada identificou que o medo da morte durante o processo de envelhecimento é um fator que causa desorganizações entre os membros do sistema familiar, pois estes necessitam mudar seus papéis para que as novas demandas possam ser atendidas. Dessa maneira, o sistema reorganiza-se em suas funções com o objetivo de cumprir suas responsabilidades a fim de manter a homeostase entre os membros. Apesar disso, o medo da morte, mesmo sendo de grande impacto no sistema familiar, não deve ser considerado o único fator nem muito menos o principal. Percebeu-se fatores além do medo do morrer nesse processo que influenciaram a reestruturação da família dos idosos, como mágoas passadas, a religiosidade e as perspectivas do futuro. Entende-se, com base nisso, que as percepções acerca desses temas dependem da cultura, da sociedade e da família em que os idosos foram criados.

CONFLITO DE INTERESSE

Nada a declarar.

CONTRIBUIÇÕES DOS AUTORES

Contribuições científicas e intelectuais substantivas para o estudo: Schirr, A. P.; Valandro, C. V. A.; Boscoli, G. S.; Souza, I. S. **Concepção e desenho:** Schirr, A. P.; Valandro, C. V. A.; Boscoli, G. S.; Souza, I. S. **Análise e interpretação dos dados:** Schirr, A. P.; Valandro, C. V. A.; Boscoli, G. S.; Souza, I. S. **Aprovação final:** Schirr, A.P.

DECLARAÇÃO DE DISPONIBILIDADE DE DADOS

Os dados de pesquisa estão disponíveis no corpo do artigo.

FINANCIAMENTO

Não se aplica.

DECLARAÇÃO DE USO DE FERRAMENTAS DE INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL

Não foram utilizadas ferramentas de inteligência artificial.

AGRADECIMENTOS

Gostaríamos de agradecer a todos os professores envolvidos na produção do trabalho, além dos orientadores, Samarah Perszel de Freitas e Ulisses Domingos Natal, a orientação indispensável durante a fazedura da obra. Queremos agradecer também à instituição de longa permanência para idosos Nosso Lar Comunidade do Idoso, na qual se realizou o trabalho, juntamente com sua psicóloga responsável, Cláudia Furlan, e seus moradores participantes da pesquisa. Os agradecimentos ainda se direcionam às famílias das pesquisadoras, que demonstraram apoio e carinho nesse ano de produção do projeto e da redação final, e aos amigos do curso e de fora, apoiadores das autoras do início ao fim. A nota faz-se de extrema importância igualmente para os animais de estimação das pesquisadoras, que, mesmo sem consciência de tal, foram um pilar de apoio e carinho nesse momento.

REFERÊNCIAS

- Boszormenyi-Nagy, I., & Spark, G. M. (1986). *Lealdade invisível: Reciprocidade no relacionamento familiar*. Martins Fontes.
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. Rowman & Littlefield.
- Carter, B., & McGoldrick, M. (1995). *As mudanças no ciclo de vida familiar* (M. A. V. Veronese, Trad.). Artes Médicas.
- Castro, A., & Camargo, B. V. (2017). Representações sociais da velhice e do envelhecimento na era digital: Revisão da literatura. *Psicologia em Revista*, 23(3), 882-900. <https://doi.org/10.5752/P.1678-9563.2017v23n3p882-900>
- Couto, M., Prati, L., Falcão, D., & Koller, S. (2008). Terapia familiar sistêmica e idosos: Contribuições e desafios. *Psicologia Clínica*, 20(1), 135-152. <https://doi.org/10.1590/S0103-56652008000100009>

- De Paiva, G. J. (2013). Família e religião: Um olhar da psicologia. *Saberes em Ação* 1(1), 37.
- Delalibera, M., Presa, J., Coelho, A., Barbosa, J. R., & Franco, M. H. P. (2015). Family dynamics during the grieving process: A systematic literature review. *Ciência & Saúde Coletiva*, 20(4), 1119-1134. <https://doi.org/10.1590/1413-81232015204.09562014>
- Dendena, A., Dallazen, C. C., Lyra, L. R., & Tosi, P. S. (2011). Religiosidade e envelhecimento bem-sucedido. *Unoesc Ciência*, 2(2), 184-197.
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (Eds.). (2018). *The SAGE handbook of qualitative research* (5. ed.). SAGE.
- Freitas, S. P. (2021). *A complexidade das relações no sistema familiar de crianças em dificuldade de aprendizagem* [Tese]. Universidade Federal do Paraná. <https://hdl.handle.net/1884/74363>
- Giacomin, K., Santos, W., & Firmo, J. (2013). 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*, 18(9), 2487-2496. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232013000900002>
- Goldstein, L. L., & Neri, A. L. (1999). Tudo bem, graças a Deus. Religiosidade e satisfação na maturidade e na velhice. In A. L. Neri (Ed.), *Qualidade de vida e idade madura* (2. ed.). Papirus.
- Jerusalinsky, A. (2013). *Lembranças e outros esquecimentos*. Escuta.
- Kübler-Ross, E. (1969). *On death and dying*. MacMillan.
- Kübler-Ross, E. (1998). *Sobre a morte e o morrer: O que os doentes terminais têm para ensinar a médicos, enfermeiras, religiosos e a seus próprios parentes*. Martins Fontes.
- Le Moigne, J. L. (1977). *A teoria do sistema geral: teoria da modelização*. Instituto Piaget.
- Minuchin, S. (1982). *Famílias: Funcionamento & tratamento* (J. A. Cunha, Trad.). Artes Médicas.
- Minuchin, S., & Nichols, M. P. (1995). *A cura da família* (M. A. V. Veronese, Trad.). Artes Médicas.
- Morin, E., & Le Moigne, J. (2000). *A inteligência da complexidade*. Peirópolis.
- Organização Mundial da Saúde (OMS) (2005). *Envelhecimento ativo: Uma política de saúde*. Organização Pan-Americana da Saúde. Recuperado de http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf
- Organização Mundial da Saúde (OMS) (2023). *Envelhecimento e saúde*. Organização Pan-Americana da Saúde. Recuperado de <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
- Rosa, M. V. F. P. C., & Arnoldi, M. A. G. C. (2014). *A entrevista na pesquisa qualitativa: Mecanismo para validação dos resultados*. Autêntica.
- Souza, R. F., Skubs, T., & Brêtas, A. C. P. (2007). Envelhecimento e família: Uma nova perspectiva para o cuidado de enfermagem. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 60(3), 263-267. <https://doi.org/10.1590/S0034-71672007000300003>
- Tavares, R. E., Jesus, M. C. P., Machado, D. R., Braga, V. A. S., Tocantins, F. R., & Merighi, M. A. B. (2017). Envelhecimento saudável na perspectiva de idosos: Uma revisão integrativa. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 20(6), 889-900. <https://doi.org/10.1590/1981-22562017020.170091>
- Valle, J. (2005). Religião e espiritualidade: um olhar psicológico. In M. M. Amatzuzi (Ed.), *Psicologia e espiritualidade*. Paulus.
- Verissimo, R. (2002). *Desenvolvimento psicossocial: Erik Erikson*. Faculdade de Medicina do Porto.
- Walsh, F. (2009). *Espiritualidade e família: Recursos para a resiliência*. Loyola.
- Walsh, F., & McGoldrick, M. (Eds.) (1998). *Morte na família: Sobrevivência, apoio e resiliência* (2. ed.). Artmed.
- Yin, R. K. (2016). *Pesquisa qualitativa do início ao fim*. Penso.