

Young Woman

The Experience of Mourning

Jovens Adultas

A Vivência do Luto

Ana Catarina Almeida Leite
Universidade Católica Portuguesa
Instituto de Ciências da Saúde
Porto, Portugal
anacatarina.leite@hotmail.com

Dayse Neri de Souza; José Eduardo Rebelo
Universidade de Aveiro
Departamento de Educação; Departamento de Biologia
Aveiro, Portugal
dayneri@ua.pt; rebelo@ua.pt

Abstract — Bereavement, like life and death, is a natural process. It represents a set of reactions that occurred with the loss of a significant link, which requires adaptation through a series of tasks or stages. Teenagers have their own way of feeling the loss and experiencing the grief. Suffering due to the process of bereavement for a teenager is lived and expressed in an intermittent way and for a longer period of time than for most adults. In order to understand the experiences of bereavement in young adult females who lost their fathers during adolescence due to a disease likely to require palliative care, semi-structured interviews were conducted with five young women. Each interview lasted an average of 30 minutes and its contents were processed with the support of webQDA 0.9 software. It is feasible to conclude that the death of their father during adolescence was a striking event in the lives of these young people, which has brought changes in how they perceive the world, their future, as well as a meaningful learning experiences in the way as they live their own life.

Keywords - Mourning; Young woman; Death of the Father; Adolescence.

Resumo — O luto, como a vida e a morte, é natural. Ele representa um conjunto de reações que ocorrem diante da perda de um vínculo significativo, que exige uma adaptação através de uma série de tarefas ou fases. No caso dos adolescentes, estes têm características próprias na forma de sentirem a perda e vivenciarem os lutos. O sofrimento decorrente do processo de luto, num adolescente é vivido e expresso de uma forma intermitente e por um período maior de tempo do que na maioria dos adultos. No intuito de compreender as vivências do luto em jovens adultas que na adolescência perderam o pai por uma doença susceptível de usufruir de cuidados paliativos, foram realizadas entrevistas semiestruturadas a 5 jovens adultas. Cada entrevista teve uma duração média de 30 minutos e a análise do seu conteúdo foi realizada com o apoio do *software* webQDA 0.9. Foi possível concluir que a morte do pai na adolescência foi um acontecimento marcante na vida destas jovens, que trouxe modificações na forma como estas percebiam o mundo e o seu futuro e aprendizagens significativas no modo de viver a vida.

Palavras Chave – Luto; Jovens Adultas; Morte do pai; Adolescência.

I. INTRODUÇÃO: ANTES DE TUDO É PRECISO DIZER...

A morte é um fenómeno que, mais cedo ou mais tarde, chega na vida de todos. A morte está intimamente ligada ao sentimento de perda. As reações decorrentes da perda de uma pessoa pela qual havia um vínculo significativo, é denominado processo de luto [1] e é vivenciado por cada pessoa de modo singular [2]. E quando essa perda ocorre na adolescência. Passar pela morte de um pai na adolescência pode levar o jovem a uma regressão no seu crescimento, ou em contrapartida promover o seu amadurecimento [3]. Nesta linha de pensamento tornou-se pertinente revelar as vivências de jovens adultos, que na adolescência, perderam um dos pais por uma doença susceptível de usufruir de cuidados paliativos, uma vez que esta investigação surgiu no âmbito da dissertação de mestrado em cuidados paliativos. Comumente, a questão das perdas e do luto, por tudo o que foi referido anteriormente esteve, está e continuará a estar presente na vida de qualquer pessoa. Para além de que, os adolescentes, são um grupo pouco estudado, estando descritas as muitas peculiaridades do luto nesta fase [4]. O estudo que se apresenta, pretende através do método qualitativo, conhecer as reações dos jovens à perda de uma figura parental, bem como as mudanças e aprendizagens decorrentes dessas perdas, de maneira a conhecer as vivências do luto de jovens adultos que na adolescência perderam uma figura parental.

II. COMPARTILHANDO POSSIBILIDADES TEÓRICAS

A. O Luto

O luto é definido como um conjunto de reações que ocorrem diante da perda de um vínculo significativo que exige uma adaptação [5]. O estudo científico do luto é recente como tal emerge a necessidade de pesquisas com o intuito de ampliar a compreensão do fenómeno e as suas respetivas repercussões. Em Portugal, os primeiros passos fundamentados são muitos recentes, sendo a SPEIL – Sociedade Portuguesa de Estudos e Intervenção no luto, a APELO – Associação de Apoio à Pessoa em Luto e o Espaço do Luto, os responsáveis pela divulgação da temática geral do luto. A perda da pessoa amada, a perda do estatuto social, a perda pela fantasia de afeto e a perda resultante de uma lesão no seu corpo, bem como a perda de

objetos e animais são as principais causas do luto [6]. Quanto maior for o vínculo entre duas pessoas, maior o impacto e o sofrimento, advindo da ameaça ou rutura real desse lado [7], e consequentemente maiores as reações [8]. Desta forma, o luto representa uma resposta genérica à rutura do vínculo. O reconhecimento e a aceitação do real, bem como a disponibilidade para novos investimentos na vida, após os problemas e emoções decorrentes da perda englobam o processo de luto [9]. O que normalmente se sente, pensa e faz perante a perda, revela que o luto como fenómeno complexo pode ser encarado sob as dimensões emocional, social, física, espiritual e intelectual [10]. As reações que compõem o processo de luto constituem diferentes fases. Tendo em consideração as diversas perspetivas pode-se simplificar o processo de luto em 4 momentos: choque emocional; descrença na perda e inquietação emocional; reconhecimento da perda e desorganização emocional; aceitação da perda e reorganização emocional [9]. Cada pessoa é única e vive o luto à sua maneira. A intensidade com que é vivido luto depende da natureza interna do próprio indivíduo e externa do meio que o envolve. O processo de luto é influenciado por diferentes fatores, inerentes ao enlutado, à pessoa perdida, bem como às circunstâncias da perda e ainda as mudanças ou não decorrentes da perda. Para além do impacto pessoal, ela acarreta alterações familiares, muito mais intensas que outras situações da vida [11]. Quando a família não tem capacidade de gestão o equilíbrio familiar é assim rompido por uma doença grave ou morte [12]. A maioria das pessoas não se encontra preparada para a morte da figura parental e o sentimento de perda nunca se perde totalmente [10]. A perda de um pai pode ser demasiado para um jovem [13], pois o seu luto é influenciado pelo tipo e intensidade da vinculação que se havia estabelecido entre eles e por outro lado, pela fase do ciclo de vida em que a pessoa enlutada, se encontra. Quanto maior o laço afetivo entre as duas pessoas, mais complexa e penosa será a perda [6].

B. A Adolescência

A OMS - Organização Mundial de Saúde atualmente estabelece que a adolescência é o período compreendido entre os 10 e 19 anos. No entanto apesar da cronologia ser o requisito mais usado, este não é o melhor critério descritivo em estudos clínicos, antropológicos e comunitários [14]. A adolescência é uma etapa decisiva no caminho a percorrer para a vida adulta e caracteriza-se por vários desenvolvimentos (físico, psicológico, afetivo e social) que estão intrinsecamente ligados entre si convergindo para a construção da identidade [15]. A construção da identidade faz – se ao longo de todo o ciclo vital, no entanto é na adolescência que ocorrem as transformações mais significativas [16]. O seu início é biológico, com a maturação sexual e o limite final é de ordem sociológica, com a autonomia económica e integração num grupo social [17]. Assim, como parte integrante e positiva na vida de um adolescente encontra-se a palavra crise e luto. Todo o adolescente passa por três perdas muito significativas que geram períodos de luto: o luto pelo corpo infantil que se refere aos aspetos físicos, biológicos e fisiológicos dos conflitos internos ou pessoais; o luto pela identidade e pelo

papel infantil referente os aspetos mentais, emocionais e de identidade de um adolescente, não esquecendo as questões espirituais do indivíduo e por fim o luto pelos pais de infância que representa o aspeto socio-relacional dos conflitos apresentados pelos adolescentes, em que a família tem grande responsabilidade e influência [18]. Desta forma pode-se perceber que a adolescência envolve parte das perdas que se enfrenta ao longo da vida. No entanto, o processo de luto na adolescência, em comparação com o dos adultos, tem sido negligenciado, uma vez que os adolescentes têm características próprias na forma de sentirem a perda e vivenciarem o luto. A reação depende do desenvolvimento cognitivo em que se encontra, em que a tarefa principal é a construção da identidade [19]. Os fatores que influenciam o luto dos adolescentes são o conhecimento das causas e circunstâncias da perda, os modelos de relacionamento e as mudanças a esse padrão familiar bem como a reestruturação familiar após a perda, nos casos em que a perda diz respeito a um dos pais [20]. E quanto mais a pessoa era importante no seio familiar, bem como o seu papel central, maior será a perda [21]. Assim, a morte de uma das figuras parentais é um dos acontecimentos mais marcantes na vida de um adolescente e pode comprometer a independência e autonomia do indivíduo [3]. Existem variáveis a ter em conta nas reações dos adolescentes, relativamente à morte do pai ou da mãe, nomeadamente há circunstâncias da perda, rituais do funeral, idade e género do filho correspondente com o género do ente querido falecido, relação entre o adolescente e o progenitor falecido, dimensão da família e o seu grau de união, presença ou não de agentes de *stress* na família, capacidade de resiliência, situação financeira e status económico da família e a própria visão que o adolescente tem da morte [22]. A própria adolescência é um fator de risco para o luto pela morte de um dos pais, pois aumenta o risco de depressão, doenças crónicas, alterações no rendimento escolar e nas relações interpessoais [23]. A vida do adolescente muda radicalmente com a morte de uma das figuras parentais [22].

C. Cuidados Paliativos: origem e definição

A APCP – Associação Portuguesa de Cuidados Paliativos define cuidados Paliativos como uma “resposta ativa aos problemas decorrentes da doença prolongada, incurável e progressiva, na tentativa de prevenir o sofrimento que ela gera e de proporcionar a máxima qualidade de vida possível a estes doentes e suas famílias”. Este tipo de cuidados assenta na ciência, humanismo e não são prestados com base no diagnóstico mas sim na necessidade da pessoa doente e da família. Há muitos grupos, para além dos doentes oncológicos, que beneficiam da aplicação dos princípios da palição, nomeadamente os doentes de SIDA em estágio avançado, os doentes com as chamadas insuficiências de órgão avançadas (cardíaca, respiratória, hepática, respiratória, renal), os doentes com doenças neurológicas degenerativas e graves, os doentes com demências em estágio muito avançado. O problema da doença terminal abarca todas as faixas etárias, desde a infância até ao idoso e que abrange praticamente todas as famílias portuguesas. Os cuidados paliativos em Portugal, ainda não

está suficientemente divulgados nem acessíveis àqueles que o carecem, ou seja, os serviços qualificados e organizados são escassos e são insuficientes para as necessidades, no entanto Portugal conseguiu dar um avanço significativo na organização dos cuidados paliativos, em comparação com outros países, através de recursos, legislação e modelos financeiros favoráveis [24]. Este tipo de cuidados assenta em quatro pilares nomeadamente, o alívio de sintomas, a comunicação adequada, o apoio à família e o trabalho em equipa [25] e devem ser encarados de igual importância na prestação de cuidados de qualidade. Desta forma os cuidados paliativos têm como objetivo assegurar a melhor qualidade de vida dos doentes e suas famílias. A família, para além de ter um papel ativo nos cuidados prestados ao doente, deve ser ela própria alvo de cuidados, durante a doença e o luto, uma vez que ela própria sofre também o impacto dessa doença [26].

III. METODOLOGIA: TRILHANDO OS CAMINHOS DA PESQUISA

A pesquisa qualitativa interessa-se pela forma como as pessoas constroem o mundo à sua volta, ou seja, é importante perceber/interpretar o que determinados fenómenos significam para o sujeito, de uma forma natural [27]. Neste estudo, a pesquisa qualitativa mostrou ser a mais adequada, uma vez, que permite à pessoa a atribuição de significados, neste caso, relativamente à vivência do luto e, dessa forma construir uma rede de significados e sentidos para, a partir dela conduzir a sua maneira de estar e viver o mundo. A questão inicial que despoletou o interesse para a investigação foi: “Será que as vivências dos jovens adultos, que perderam um dos pais na adolescência, são as mesmas?”. No sentido de responder esta pergunta, emergiu os objetivos de estudar a vivência do luto em jovens adultos, pela morte do pai na adolescência, com uma doença passível de usufruir de cuidados paliativos, aferir as reações dos jovens adultos durante a adolescência face à perda do pai, identificar que mudanças ocorreram desde a adolescência até à atualidade provenientes da perda da figura parental pai e analisar as aprendizagens de vida dos jovens adultos após a perda do pai na adolescência. Critério essencial para a escolha dos participantes desta pesquisa foi ser jovem adulto que tivesse perdido o pai na adolescência, por uma doença passível de cuidados paliativos. Devido aos constrangimentos inerentes à problemática, houve dificuldade em encontrar jovens que estivessem, voluntariamente dispostos a participar da investigação. As participantes foram localizadas pela divulgação do trabalho entre pessoas conhecidas que facilitaram os dados do possível participante. Após alguns contatos pessoais e conversas informais com os selecionados para explicar a proposta do estudo e como seria realizada a entrevista, 5 jovens do sexo feminino aceitaram participar. Até ao momento da realização das entrevistas a idade compreendia entre os 21 e os 28 anos, e que perderam o pai quando tinham entre os 18 e os 22 anos.

A. Entrevistas

A entrevista é, porventura, uma das técnicas de recolha de dados mais utilizada em investigação qualitativa. Estas foram realizadas segundo um guião com quatro linhas orientadoras previamente estabelecidas mas não limitadas a este, de forma a permitir que outras perguntas pudessem emergir durante

conversa. As entrevistas foram realizadas individualmente, num local calmo, e foram gravadas e filmadas com a autorização das participantes. É importante destacar que tentou-se garantir o máximo de benefícios e o mínimo de danos acarretados para os entrevistados, pelo facto destes falarem sobre questões ligadas à perda e ao luto que vivem. Por outro lado, também se certificou que se os participantes, depois da entrevista, sentissem necessidade de conversar sobre o assunto, poderiam procurar a entrevistadora, uma vez que esta se propôs, em qualquer altura, a prestar apoio.

B. Procedimento para análise de dados

Após a colheita de dados a pesquisadora começou por ver e ouvir as gravações, assim como ler as transcrições, procurando envolver-se nas vivências de cada participante, de forma a sentir-se próxima, para poder chegar a uma compreensão empática, experienciada e global das suas vivências relacionadas com a perda do pai. Uma vez que a análise dos dados é uma tarefa trabalhosa, a pesquisadora utilizou o *software* WebQDA, que auxilia os investigadores nas várias etapas do processo de investigação. Para além de editar, visualizar, interligar e organizar documentos, também cria categorias, codifica, controla, filtra, efetua pesquisas e questiona os dados com o objetivo de responder às questões de investigação. O WebQDA apresenta como elementos básicos da sua organização: Fontes, Codificação e Questionamento [28]. A investigadora começou por colocar na Fonte os dados disponíveis, neste caso, as entrevistas em forma de texto. Posteriormente na área de Codificação foram criadas as classificações, categorias e dimensões. Por fim, na área do Questionamento, como o próprio nome indica, questiona-se os dados de forma a responder às questões formuladas ao *corpus* dos dados codificados, através de padrões e relações entre os dados

IV. ANÁLISE E DISCUSSÃO DE DADOS

Tendo em conta o objetivo de conhecer as vivências do luto de jovens adultos pela morte do pai na adolescência, procedeu-se à categorização da análise respeitando a estrutura do guião das entrevistas. Desta forma, categorizou-se a análise das entrevistas seguindo um tronco com 3 grandes categorias: Reação, Mudança e Aprendizagem.

A. Categoria Reação

A categoria Reação define-se como o ato de reagir, isto é, a forma como a pessoa se comporta face a algo. Esta categoria foi criada subjacente à pergunta: “*Como reagiu perante a perda do seu pai?*”.

As jovens adultas mencionaram durante a sua entrevista vários pontos referentes à Doença, Morte, Estratégias, Apoio e Rendimento Escolar.

A subcategoria Doença apresenta a reação das jovens entrevistadas, aquando na adolescência, relativamente a todo o processo de doença do pai. Estas fizeram referência desde a sua reação ao diagnóstico, passando pelo acompanhamento até à fase terminal. Não deixando de salientar na sua totalidade as reações positivas e negativas do processo de doença.

É importante ressaltar que as entrevistadas consideraram a Doença como muito negativa. Outros pontos foram referidos como negativos, foi o caso da comunicação do diagnóstico pelo médico e acerca dos últimos momentos de vida do seu familiar.

- “Foi muito difícil viver a doença do meu pai, viver aquele ano de luta e incógnita.” (A)

Em relação às reações positivas à doença é notória a preocupação no cuidar, o passar mais tempo com a figura parental.

- “...esperava o dia todo para chegar a casa, ver o meu pai...eu gostava de passar algum tempo com ele...gostava” (A)

Sobre a categoria Doença, podemos aferir que é impossível cuidar do indivíduo de forma completa sem considerar o contexto, a dinâmica e o seu relacionamento familiar.

Pode-se considerar que a comunicação é um ponto essencial na relação humana e conseqüentemente no cuidar, pois é nos momentos mais difíceis, que se sustenta a fé e a esperança reveladas pelas entrevistadas. Desta forma é importante dar ênfase que na comunicação das más notícias o profissional deve mostrar atenção, empatia, carinho, necessitando saber não apenas o que, mas quando e como falar, para que os familiares tenham uma vivência mais serena e tranquila do processo da morte do doente, sem gerar expectativas que não possam ser atendidas. E isto só é possível com uma comunicação clara e honesta [29].

Quanto à subcategoria Morte esta descreve a forma como as participantes, na adolescência, reagiram à morte do seu progenitor, primeiramente com choque, a negação e posteriormente um possível reconhecimento dessa perda. Outra característica aqui abordada é a sua reação na transmissão desse acontecimento a outros familiares.

Quando surge a notícia da morte, o abalo é evidente

- “O chão a abrir-se, foi complicado. Não sei, não consigo descrever” (V)

Sendo a morte um acontecimento doloroso as jovens referiram que, aquando da morte do pai na adolescência, tentavam distrair-se, ocupar o tempo com outras coisas. Uma forma de amenizar a dor do luto é evitar pensar na pessoa perdida. Este comportamento caracteriza-se como uma tentativa consciente de fugir da dor do luto como mencionado pelas entrevistadas.

- “Tinha sempre com o que me ocupar. Fui estagiar, tinha o namorado...” (F)

Para a subcategoria Estratégias, tem-se em conta os suportes que as entrevistadas enlutadas encontraram para responder à perda, através de objetos, memórias e a ajuda aos outros.

- “...tenho fotografias e vídeos” (S2)
- “Tenho ainda duas coisas feitas por ele” (F)

As memórias são um bem disponível a todos os momentos – elas constituem um potente recurso imaterial para suprir a

busca pelo significado. A memória regista o passado a tal ponto que também enxerga o mundo através das memórias. Se as memórias forem de alegria, pode-se sorrir e alegrar-se com elas, no embalo dos sentimentos... Mas, se as memórias forem dolorosas, não há problema algum em chorar e lamentar as experiências difíceis, as separações, as perdas e a morte dos que viveram connosco.

De entre os meios identificáveis e aceitáveis, as fotografias, os objetos e os lugares especiais, são a forma de manter a continuidade da relação com a pessoa falecida [30].

No que se refere à subcategoria Suporte as entrevistadas referiram os amigos, a família, o namorado, a escola e os profissionais de saúde como as pessoas que de alguma maneira, positiva ou negativamente, influenciaram o enfrentar da perda.

- “O X foi a pessoa que mais me ajudou a superar isso tudo, teve sempre ao meu lado...enfim...era o meu namorado” (A)

As pessoas em luto necessitam de uma pessoa em quem possam confiar e partilhar os seus sentimentos [31]. Por outro lado, o apoio da família, dos amigos, o ambiente escolar podem ser vistos como vias de manifestações do luto [32]. No entanto, o suporte para além de dar algum alento também pode provocar desconfortos, se porventura restringir as manifestações à perda.

Relativamente à subcategoria Rendimento Escolar entende-se pela forma como a perda do pai, na vida das participantes, aquando da adolescência, afetou ou não a sua vida escolar, no que diz respeito ao rendimento. Constatou-se que o número de referências positivas foi igual ao número de negativas, ou seja, provavelmente para algumas participantes o rendimento escolar não foi afetado com a perda, como para outras que deixaram disciplinas por fazer e até mesmo reprovaram.

- “Não...fiz tudo...nunca deixei nenhuma cadeira para trás.” (A)
- “Na escola o rendimento desceu, aliás até tive que repetir, estava no 12º ano e tive de repetir.” (S)

B. Categoria Mudança

A Categoria Mudança refere-se às alterações na vida da pessoa decorrente de um fenómeno, neste caso, a perda da figura parental masculina – o pai. A pergunta que motivou o surgimento desta categoria foi: “O que mudou em si, após a perda do seu pai?”.

Das respostas analisadas emergiram as subcategorias Relação Parental e Espiritualidade, assim como no geral as Mudanças positivas e negativas.

Na subcategoria Relação Parental assinala-se as mudanças que as jovens entrevistadas, na atualidade, denotaram como mais significativas face à sua relação com ambas as figuras parentais. Fizeram uma comparação entre os momentos antes e após a morte do pai. Entretanto também se releva a relação com a figura parental durante o processo de doença.

As jovens entrevistadas, na sua adolescência, tinham uma relação mais vinculativa com a figura paterna, do que com a

figura materna. Estas referem uma ligação muito próxima com o pai, referindo mesmo serem as “meninas do papá”.

- “...eu era mais próxima do meu pai do que da minha mãe” (F)

No entanto, após a morte do pai, as jovens inverteram a situação, dando ênfase à relação que construíram e mantêm com a mãe.

- “...falamos de tudo...contamos tudo uma à outra” (V)

Por conseguinte, na relação com a figura paterna falecida, passou de uma relação física e emocional para uma relação transcendental.

- “Eu acredito que ele é um anjo da guarda” (S)

Existem estudos que mostram que os jovens em luto mantêm algum tipo de vínculo com o seu ente querido falecido [32].

A subcategoria Espiritualidade explora a relação das entrevistadas com Deus ou com uma entidade transcendental, independente de ser ou não praticante de uma religião. A partir dos relatos das participantes surgiram as crenças, quer religiosas quer transcendentais e as descrenças.

A crença transcendental tem uma grande ênfase comparativamente com a religiosa. Isto poderá estar relacionado com a categoria anterior relativamente à relação transcendental com a figura paternal. No entanto, no que se refere à religião verifica-se uma descrença.

- “Eu não acredito nada em Deus e eu acreditava” (A)
- “Estou desiludida por não ter ouvido as nossas preces” (V)
- “...já não frequento (igreja). Frequentava semanalmente” (S1)

A crença na vida após a morte, contribui para que a morte tenha um significado, assim como justificar e de alguma forma confortar a pessoa em luto [33].

Numa Perspetiva geral, as jovens participantes referiram a mudança como transformações positivas e outras negativas. A maioria das transformações que as participantes referem como sendo negativas dizem respeito à sua própria pessoa, à sua forma de ser e de estar perante o mundo. No entanto as mudanças positivas também compreendem alguns pontos da forma de ser e estar na vida, bem como a união familiar.

- “... eu era sempre muito otimista, via sempre o lado bom, nunca desistia e agora com o passar do tempo depois de ter acontecido esta situação sinto que desisto com facilidade das coisas” (S)
- “... acabei por ser mais fria em relação a quem está no hospital ou a quem está mal”. (F)
- “...não valorizava pequenas coisas que agora valorizo”. (S1)

C. Categoria Aprendizagens

A Categoria Aprendizagem incide na aquisição de conhecimentos, através da experiência, neste caso a morte do pai na adolescência, para o modo de viver. A pergunta referente a esta revelação foi “*O que aprendeu para a vida, com a perda do seu pai?*”.

Diante da análise realizada encontrou-se duas subcategorias que se tornaram evidentes nas perceções das jovens, a saber: a aprendizagem relacionada com a atualidade e os aspetos positivos/negativos.

A subcategoria Atualidade refere-se ao tempo presente e como as jovens enlutadas encaram hoje a saudade, o falar da perda, a responsabilidade perante o seu papel na família e o próprio luto.

- “...passaram 4 anos, 4 anos e meio e sinto saudades. Acho que as saudades são maiores.” (F)
- “...eu quero esquecer, não é esquecer porque isto é impossível de esquecer, mas quero passar ao lado” (S)
- “Eu não gosto de falar sobre isso” (A)

Numa visão mais alargada as entrevistadas referiram ao longo desta caminhada aprendizagens quer positivas, quer negativas.

- “Aprendi que se deve aproveitar as pessoas, ao amigos, a família” (F)
- “...valorizar a saúde tanto a minha como a da minha família” (S1)
- “Há que dizer o quanto se gosta. Gosta-se e diz-se!”

No entanto, verificou-se mais significativamente que, com a morte da figura parental - o pai, as cinco entrevistadas percecionam a aprendizagem como positiva. Estas aprendizagens positivas revelam, provavelmente, o valor da vida para as jovens e tudo aquilo que as rodeia.

V. CONCLUSÕES

Diante da pesquisa realizada pode-se perceber que a perda por morte do pai é e mantém-se sempre significativa, em qualquer tempo, pela importância do seu papel e significado, fazendo com que a vivência do luto seja um processo singular que depende de muitos fatores que estão relacionados. O primeiro fator a ter em conta é a etapa do ciclo de vida que a pessoa em luto se encontra, com as suas características específicas. As vivências relatadas pelas jovens entrevistadas sobre o luto pela morte do pai foi extremamente marcante e assumiu um papel específico. A perda suscitou reações de tristeza intensa, negação, revolta quer no processo de doença, quer na morte. No entanto, como forma de enfrentar esta crise surgiram recursos mais positivos como o próprio pensamento, a crença da vida após a morte e estratégias. Estas últimas com um lado inofensivo, como as fotografias, as lembranças, os objetos e por outro lado algumas mais danosas como é o exemplo de posturas mais rígidas. Reconhece-se ainda que a morte dos pais destas jovens trouxe modificações profundas

nas suas vidas, na forma como estas encaram o mundo e o seu futuro. Algumas mais realistas que fomentam a vida e outras, em contrapartida, que negam os seus sentimentos. As entrevistadas passaram a considerar tanto os aspetos positivos como os negativos nas suas narrativas, integrando ambos os lados nas suas vidas. Por conseguinte, todas salientaram não gostar de falar das suas histórias, para não se emocionarem e consequentemente entrarem em contato com a dor da perda. Através da análise realizada ficou evidente a rede de apoio proporcionada pelo namorado, família e amigos, bem como a relação estabelecida com a mãe após a perda. A relação entre mães e filhas após a morte do pai mostrou-se mais próxima, provedora de afetividade. No que concerne ao vínculo com a figura do pai, a maioria das jovens, referiu que apesar da ausência física, a ligação é significativa, uma vez que estes continuam a ser importantes na sua vida. A forma de relacionamento é diferente de quando estes estavam vivos, mas integram-nos de forma distinta na sua estrutura de vida. No sentido de responder à pergunta de investigação no âmbito deste estudo os resultados obtidos revelam que as vivências das jovens adultas apontam para uma convergência relativamente à perda da figura parental, no que concerne às reações, mudanças e aprendizagens. Uma das grandes limitações do estudo prendeu-se com a dificuldade de encontrar jovens, dispostos a participarem. Algumas demonstraram o medo de sentimentos negativos do passado retornarem, apresentando um comportamento de fuga em relação à reflexão e resignificação deste evento da sua vida. Por tudo isto, deve-se avaliar o contexto e a necessidade de se propor formas específicas de cuidados a estas jovens, em relação à vivência do luto. Desta forma, o aconselhamento pode e deve ser providenciado na comunidade quer individualmente, quer em grupos de autoajuda, não só para as jovens como para a restante família.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- [1] Kovács MJ. Morte e desenvolvimento humano. São Paulo: Casa do Psicólogo; 1992.
- [2] Schoen AA, Burgoyne M, Schoen SF. Are the developmental needs of children in America adequately addressed during the grief process? *Journal of Instructional Psychology*. 2004;31 (2):143 - 8.
- [3] Pereira KM. Adolescência, luto e enfrentamento [Dissertação de Mestrado em Psicologia]. São Paulo: Pontifícia Universidade Católica de São Paulo; 2004.
- [4] Domingos B, Maluf MR. Experiências de Perda e de Luto em Escolares de 13 a 18 Anos. *Psicologia: Reflexão e Crítica*. 2003;16 (3):577-89.
- [5] Rangel APFN. Do que foi vivido ao que foi perdido: o doloroso luto parental [Tese de Doutorado em Psicologia Escolar e Desenvolvimento]. São Paulo: Universidade de São Paulo; 2005
- [6] Rebelo JE. Viver o luto: a morte dos próximos (pais e filhos). O fim da vida Braga: Publicações da Faculdade de Filosofia, UCP.; 2007. p. 155-72
- [7] Melo R. Processo de Luto: O inevitável percurso face à inevitabilidade da morte 2004.
- [8] Bowlby J. Apego, a natureza do vínculo. 3ª Edição ed. São Paulo: Martins Fontes; 2002.
- [9] Rebelo JE. Amor, Luto e Solidão. Lisboa: Casa das Letras; 2009.
- [10] Praagh JM. Curar a Dor: Voltar a Viver depois de Perder Alguém Que Amamos. Cascais: Editora Pergaminho SA; 2008
- [11] Barbosa CG, Melchiori LE, Neme CMB. Morte, família e a compreensão fenomenológica: revisão sistemática de literatura. *Psicologia em Revista*. 2011;17, n.3:363-77
- [12] Sancho MG. Medicina Paliativa en la Cultura Latina. Madrid: Edições Aran; 1999.
- [13] Kubler-Ross E. Acolher a Morte. Cruz Quebrada: Estrela Polar da Oficina do Livro - Sociedade Editorial, Lda; 2008.
- [14] Eisenstein E. Adolescência: definições, conceitos e critérios *Adolescência & Saúde*. 2005;2, nº 2:6-7.
- [15] OMS OMDs. 10 datos sobre la salud de los adolescentes. 2008 [updated 17 Setembro 2012; cited 2012 17 Setembro 2012]; Available from: http://www.who.int/features/factfiles/adolescent_health/es/index.html.
- [16] Ferreira BW. Adolescência: caracterização e etapas do desenvolvimento. In: FERREIRA BWR, B. E.; SANTOS, B. S.; RODRIGUES, E. W.; LA ROSA, J.; ZANELLA, L., editor. *Psicologia e educação*. 2ª Edição ed. Porto Alegre: EDIPUCRS; 2003. p. 15-20
- [17] Tanner JM. Growth at adolescence. Oxford: Blackwell Scientific Publications; 1962.
- [18] Zanin H. Adolescência e seus conflitos: uma análise da lição da escola sabatina dos adolescentes. *Kerygma - Revista de Teologia do UNASP*. 2010;1
- [19] Balk DE. Adolescents, Grief and Loss. In: Doka KJ, editor. *Living With Grief: Children, Adolescents, and Loss* Washington, DC: Hospice Foundation of America; 2000. p. 35-50.
- [20] Bowlby J. Perda: tristeza e depressão. São Paulo: Martins Fontes; 2004.
- [21] Walsh F, McGoldrick M. Morte na família: sobrevivendo às perdas. Porto Alegre: ArtMed; 1998
- [22] Worden JW. Children and Grief: When a Parent Dies. New York: Guilford Press; 1996.
- [23] Balk DE, Corr CA. Adolescents, Developmental Tasks, and Encounters with Death and Bereavement. In: Balk DE, Corr CA, editors. *Handbook of Adolescent Death and Bereavement*. New York: Springer Publishing Company; 1996. p. 3-24.
- [24] Sosa-Iudicissa M, Martin-Moreno J, Harris M, Gorgojo L, Clark D, Normand C, et al. Palliative Care in the European Union. *Bruxelas: Policy Department A: Economic and Scientific Policy*, 2008
- [25] Twycross R. Cuidados Paliativos. 2ª Edição ed. Lisboa: Climepsi; 2003
- [26] Neto I. Princípios e Filosofia dos Cuidados Paliativos. In: Barbosa A, Neto I, editors. *Manual de Cuidados Paliativos*. Lisboa: Faculdade de Medicina de Lisboa; 2006. p. 17-21
- [27] Creswell J. Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing among five traditions. Thousand Oaks, California: SAGE Publications; 2007
- [28] Neri Souza F, Costa AP, Moreira A. Questionamento no Processo de Análise de Dados Qualitativos com apoio do software WebQDA. *EduSer: revista de educação, Inovação em Educação com TIC*. 2011;3(1):19-30.
- [29] Paes da Silva MJ, Araújo MT, Firmino F. Multidisciplinaridade e interdisciplinaridade - Enfermagem. *Cuidado Paliativo*. São Paulo: Cremesp; 2008. p. 61-3.
- [30] Harris M. The loss that is forever: the life long impact of early death of a mother or a father. Nova York: Dutton Book; 1995
- [31] Domingos B. Vivências da morte e luto em escolares de 13 a 18 anos [Dissertação Mestrado em Psicologia Escolar e Desenvolvimento]; Universidade de São Paulo; 2000.
- [32] Mota MMdA. O Luto em Adolescentes pela Morte do Pai: Risco e Prevenção para a Saúde Mental [Tese de Doutorado em Psicologia]. São Paulo: Instituto de Psicologia da Universidade São Paulo; 2008.
- [33] Franco MHP. Uma mudança no paradigma sobre o enfoque da morte e do luto na contemporaneidade. *Estudos avançados sobre o luto*. Campinas: Livro Pleno; 2002. p. 15-38.