

SOBRE A MORTE, O MORRER E O LUTO EM TEMPOS DE COVID-19¹

Jerto Cardoso da Silva²

Airan Gonçalves dos Santos³

Roberta Nedel⁴

São mais de 35 mil óbitos por COVID-19 confirmados em nosso país e como isso nos afeta? Falar da morte e do desconforto que ela nos provoca nunca foi tão atual. Em tempos de pandemia e de tantas vidas sendo perdidas diariamente, a consciência da nossa finitude tem sido avassaladora e coletiva. O morrer, compreendido como um processo não só biológico, mas também psicossocial, ainda é um tema complexo e no qual pouco queremos pensar durante as nossas vidas, mas que num momento como o de agora está tão presente e próximo de todos nós.

Atualmente, convivemos com um vírus que instaura um novo saber no real, que ameaça a humanidade e nos convoca a reformular uma série de coisas. Vivemos um momento de crise, de afastamento e isolamento social. Diariamente, aumentam os números, inclusive o de mortos. Mas será que são somente números? Perante tanta abstração, precisamos exercer nossa empatia e nos darmos conta que esses números têm nomes, rostos e histórias. Afinal, não podemos negar esse horror que nos assola e nos alienarmos, ou seja, não podemos viver como se isso não estivesse acontecendo.

A morte exige um processo de luto, precisamos elaborá-la e não entrarmos num estado de negação. Negar de forma irracional essa ameaça iminente à vida, frente a nenhum projeto de vida, faz essa forma de morrer ser naturalizada, o morrer passa a ser banalizado. O problema se agrava e o negacionismo é a única saída. Como negar a importância da vida, pois se a perdermos não perdemos tudo?

A pandemia de COVID-19 tem imposto situações muito difíceis e de impactos emocionais enormes, como as pessoas hospitalizadas, que na iminência da sua morte estão isoladas e sem a possibilidade de estabelecer interações presenciais com seus entes queridos.

Os rituais de despedida também sofreram mudanças e agora estão proibidos ou sendo realizados com restrições, fazendo com que esses momentos, que favorecem o processo de

¹ Artigo originalmente publicado no Jornal da Região do Vale do Caí - Jornal Primeira Hora, no dia 18 de junho de 2020

² Professor do curso de Psicologia e do Mestrado Profissional em Psicologia - UNISC.

³ Psicólogo e Mestrando - Mestrado Profissional em Psicologia - UNISC.

⁴ Psicóloga e Mestranda - Mestrado Profissional em Psicologia - UNISC.

despedida e a elaboração de sentido à perda para os familiares, sejam vividos de uma forma muito diferente da tradicional.

Falar de morte sempre nos leva a falar da vida e a vida é o valor maior. Para viver, precisamos acreditar, pensar em novos rumos e olhar para quem aposta nela. Criar pontes de comunicação, derrubar muros de preconceitos. Em tempos de crise todos podemos ter algum sofrimento e não devemos ignorar o que sentimos. Assim, é importante que cada um de nós busque mecanismos de resiliência para os sofrimentos psicológicos, procure apoio, seja apoio e monte uma rede de vida de expressividade com familiares, amigos e profissionais de saúde.

Escrito por:

Jerto Cardoso da Silva - prof do Mestrado Profissional em Psicologia - UNISC

Airan Gonçalves dos Santos - Psicólogo e Mestrando - Mestrado Profissional em Psicologia - UNISC

Roberta Nedel - Psicóloga e Mestranda - Mestrado Profissional em Psicologia - UNISC