

Admir Borges  
ORGANIZADOR

Carmem Schffer  
COORDENADORA

# Psicologia

INTERVENÇÕES:  
SOCIO-CLÍNICA E ORGANIZACIONAL



## COLABORADORES

Ana Clara Brangioni	Gustavo Evangelista
Bianka Bárbara Guimarães	Josimere Raider de Almeida
Eduardo Cunha Gomes	Rosicler A. Silva Muzzi
Gabriel Araujo Pinto	



# PSICOLOGIA

## INTERVENÇÕES: SOCIO-CLÍNICA E ORGANIZACIONAL

ADMIR BORGES  
(ORGANIZADOR)

CARMEN SCHFFER  
(COORDENADORA)

BELO HORIZONTE  
EDITORA FUMEC  
2022

## UNIVERSIDADE FUMEC

### REITORIA

#### *Reitor:*

Prof. Dr. Fernando de Melo Nogueira

#### *Pró-Reitor de Graduação:*

Prof. João Batista de Mendonça Filho

#### *Pró-Reitor de Planejamento e Administração:*

Prof. Márcio Dario da Silva

#### *Pró-Reitor de Pós-Graduação,*

#### *Pesquisa e Extensão:*

Prof. Dr. Henrique Cordeiro Martins

### FUNDAÇÃO MINEIRA DE EDUCAÇÃO E CULTURA

#### *Presidente do Conselho de Curadores:*

Prof. Dr. Antônio Carlos Diniz Murta

#### *Vice-Presidente do Conselho de Curadores:*

Prof. João Carlos de Castro Silva

#### *Presidente do Conselho Executivo:*

Prof. Dr. Air Rabelo

### FACULDADE DE CIÊNCIAS HUMANAS, SOCIAIS E DA SAÚDE

#### *Diretor Geral:*

Prof. Dr. Rodrigo Suzana Guimarães

#### *Coordenadora do Curso de Psicologia:*

Carmen Cristina Rodrigues Schffer

Rua Cobre, 200, Cruzeiro – Belo Horizonte/MG – CEP 30310-190  
(31) 3228-3090 –www.fumec.br

### CONSELHO EDITORIAL – UNIVERSIDADE FUMEC

Prof. Dr. Carlos Victor Muzzi Filho

Profª. Ketnes Ermelinda Guimaraes  
Lopes Costa

Profª. Dra. Renata de Sousa  
da Silva Tolentino

Bibliotecária Ma. Priscila Reis  
dos Santos

### PSICOLOGIA: INTERVENÇÕES: SOCIO-CLÍNICA E ORGANIZACIONAL

#### *Organização:*

Admir Borges

#### *Coordenação:*

Carmen Schffer

#### *Ilustração de capa:*

Aroldo Dias Lacerda

#### *Projeto Gráfico e Editoração Eletrônica:*

Therus Santana / TI

---

#### Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

---

p974 Psicologia: intervenções: socio-clínica e organizacional /  
Admir Borges (Organizador) ; Carmen Schffer  
(Coordenadora). - Belo Horizonte : Universidade FUMEC,  
2022.

238 p. ; 21cm

Inclui bibliografia.

ISBN: 978-65-88864-10-4

1. Psicologia social. 2. Psicologia clínica. 3.  
Comportamento organizacional - Psicologia. I. Borges,  
Admir. II. Schffer, Carmen.

CDU: 159.9

---

Ficha catalográfica elaborada pela Biblioteca Universitária-FUMEC

Copyright © 2022 Universidade FUMEC.

Todos os direitos reservados pela Universidade FUMEC.

É permitida a reprodução total ou parcial  
de capítulos ou seções desde que citada a fonte.

# SUMÁRIO

EDUCAÇÃO PARENTAL E SEUS EFEITOS NO COMPORTAMENTO DA CRIANÇA.....	6
--	---

Ana Clara Brangioni Furtado de Almeida  
Hérica de Mesquita Sadi

O HOMEM PÓS-MODERNO E OS PETS NO PERÍODO DA PANDEMIA DA COVID-19 .....	22
---	----

Bianka Bárbara Guimarães  
João Batista de Mendonça Filho

EFICÁCIA DA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL NO TRANSTORNO DO LUTO COMPLEXO PERSISTENTE: UMA REVISÃO INTEGRATIVA.....	43
---	----

Eduardo Cunha Gomes  
Lafaiete Guimarães Moreira

ARTETERAPIA E SAÚDE MENTAL: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA.....	60
---	----

Gabriel Araújo Pinto Saldanha  
Karen Rosângela Silva de Souza Saviotti

FREUD E A CRIAÇÃO POÉTICA: O PSIQUISMO ENTRE A PSICANÁLISE E A LITERATURA.....	91
---	----

Gustavo Evangelista Gonçalves  
Daniela Perocco Zanatta

MATERNIDADE COMPULSÓRIA: ASPECTOS SOCIAIS E PSÍQUICOS.....	113
--	-----

Josimeri Raider de Almeida  
Carmen Rodrigues Schiffer

OS FATORES DO ENVELHECIMENTO E O OLHAR DA PSICOLOGIA FENOMENOLÓGICA- EXISTENCIAL: UMA REVISÃO NARRATIVA.....	132
---	-----

Rosicler A. Silva Muzzi  
Maria Madalena Magnabosco

## A P R E S E N T A Ç Ã O

---

Não há dúvida, que um dos maiores desafios enfrentados pelo estudante universitário é o Trabalho de Conclusão de Curso (TCC). Temido por alguns e desejado por outros, este projeto final de graduação representa uma ótima oportunidade para se dedicar ao tema de grande interesse em sua área de formação e de atuação. É a maneira de demonstrar afinidade com o assunto e deixar uma contribuição para o seu campo de conhecimento. Muitos alunos, no entanto, começam a pensar desde o início do curso no que será seu TCC e qual vai ser o seu tema de pesquisa, em função do grande interesse que ele é capaz de despertar. Este é o tipo do trabalho em que se pode demonstrar o crescimento e a maturidade acadêmica por parte do graduando. Por ser realizado no final do curso superior, este projeto apresenta como resultado o repertório acumulado durante a graduação, através das disciplinas, leituras, atividades de laboratório e eventos acadêmicos. Assim, este livro tem como objetivo mostrar o elenco de temas, formas de pesquisa e os textos produzidos por nossos alunos, devidamente orientados pelos professores do curso de Psicologia da Universidade FUMEC. Ao iniciar o Trabalho de Conclusão de Curso, o aluno decide por uma das duas Linhas Temáticas ofertadas: Intervenções Socio-clínicas e Intervenções Organizacionais, e na sequência faz a escolha de seu orientador. Ele tem dois semestres para desenvolver a sua pesquisa e a redação final. A publicação deste conjunto de oito Artigos representa a vocação e o desejo de contribuirmos de maneira efetiva para a evolução do próprio TCC e a visibilidade para essa fase da vida acadêmica. Os textos deste livro correspondem aos trabalhos selecionados, na forma de artigos representativos do TCC da Psicologia. A modalidade escolhida foi de revisão da literatura, através de dois métodos: Revisão Integrativa e Revisão Narrativa. Com esses textos, reunimos uma amostragem de investigações, reflexões e propostas que evidenciam os estudos sobre as mais diversas temáticas presentes e debatidas durante a graduação. Portanto, este livro merece uma leitura atenta por parte de todos os que se interessam pelo conhecimento acumulado no campo da Psicologia. A oportunidade de ter seu trabalho publicado, permitindo a divulgação e o conhecimento do conteúdo pela comunidade acadêmica, é importante para o graduando e constitui a razão de ser deste livro, como estímulo à produ-

ção de textos científicos de qualidade. Assim sendo, é com muita satisfação que compartilhamos o fruto do esforço de nossos alunos autores e professores orientadores. Esperamos continuar contando com a preciosa colaboração de todos para as próximas publicações.

Tenha uma boa leitura!

# EDUCAÇÃO PARENTAL E SEUS EFEITOS NO COMPORTAMENTO DA CRIANÇA

PARENTAL EDUCATION AND ITS  
EFFECTS ON CHILD BEHAVIOR

ANA CLARA BRANGIONI FURTADO DE ALMEIDA<sup>1</sup>  
HÉRIKA DE MESQUITA SADI<sup>2</sup>

## RESUMO

---

Todos os comportamentos de uma criança são adquiridos durante a vida, através das suas interações com o ambiente, portanto as relações familiares e o ambiente em que as crianças estão inseridas podem ser impactantes no seu desenvolvimento, visto que a partir dessas interações a criança irá desenvolver suas primeiras aprendizagens. Esse estudo teve como objetivo apresentar as contribuições da educação parental no comportamento infantil, a importância das práticas parentais positivas e como ela pode contribuir para o desenvolvimento das crianças. Para esse estudo realizou-se uma revisão bibliográfica baseada na literatura existente em artigos científicos nacionais publicados na língua portuguesa.

**Palavras-chave:** educação parental; treinamento de pais; orientação parental; orientação de pais.

---

1 Graduada em Psicologia da Universidade FUMEC. Lattes. Brasil. [anaclarabrangioni@gmail.com](mailto:anaclarabrangioni@gmail.com)

2 Orientadora, Doutora em Psicologia Clínica -USP- Brasil. [sadi@fumec.br](mailto:sadi@fumec.br)

## ABSTRACT

---

*All the behaviors of a child are acquired during life, through their interactions with the environment, so family relationships and the environment in which children are inserted can have an impact on their development, since from these interactions the child will develop their first learning. This study aimed to present the contributions of parenting to children's behavior, the importance of positive parenting practices, and how it can contribute to children's development. For this study, a bibliographic review was carried out based on the existing literature in national scientific articles published in the Portuguese language.*

**Keywords:** *parent education; parent training; parental guidance; parental guidance.*

## 1 INTRODUÇÃO

A sociedade atual tem passado por alterações nas relações entre pais e filhos. De acordo com Cassoni (2013), as transformações pelas quais a família vem passando podem estar relacionadas à inserção da mulher no mercado de trabalho e divórcio. Essas transformações podem afetar os papéis dos familiares, alterando assim, seu comportamento. Segundo Alvarenga e Piccinini (2001), os problemas comportamentais nas crianças estão diretamente ligados às práticas educativas parentais.

A educação parental tem sido objeto de estudo de pais e professores para resolver os problemas relacionados ao comportamento infantil. Esse método é baseado em estratégias e técnicas disciplinares que buscam estimular comportamentos desejáveis nas crianças e eliminar os comportamentos vistos como inadequados, já que os pais se preocupam com certos princípios. Conforme Alvarenga e Piccinini (2001), quando os pais utilizam estratégias e técnicas para orientar o comportamento infantil, eles se tornam os agentes de socialização de seus filhos.

Para Skinner (1981), o comportamento da criança é algo aprendido, através de algumas variáveis como tradições, cultura, ambiente social e principalmente familiar, que é o ambiente que a criança tem mais contato durante seus primeiros anos de vida.

Atualmente existe uma grande demanda e procura dos pais e professores sobre a Educação Parental. Como esse método pode afetar o comportamento e desenvolvimento infantil? De que forma isso pode ser feito?

Nos últimos anos, os pais e professores passaram a ter uma preocupação ainda maior em relação ao desenvolvimento e comportamento das crianças, aumentando a busca por métodos e técnicas como a Educação Parental, que auxilia as crianças a desenvolver autodisciplina, responsabilidade, cooperação e habilidades para resolver problemas comportamentais.

Dentro da Psicologia esse é um assunto pouco trabalhado, por isso o artigo tem como objetivo investigar a produção de literatura sobre educação parental e mostrar sua relação com a Análise do Comportamento, visto que a educação parental bem desenvolvida na infância é considerada importante na prevenção de problemas relacionados à saúde mental em adultos, diminuindo assim a probabilidade de ocorrência de transtornos mentais. Além de identificar as contribuições da Educação Parental no comportamento e desenvolvimento das crianças, através de uma revisão narrativa.

## 2 EDUCAÇÃO PARENTAL

A educação parental é um conceito recente que tem como proposta, um modelo de educação com base na promoção da parentalidade responsável. (GARCIA; YUNES; ALMEIDA, 2016). A partir desse modelo, os pais devem atuar como agentes de socialização de seus filhos, utilizando estratégias e técnicas com objetivo de orientar seus comportamentos, chamadas de práticas educativas parentais (COELHO; MURTA, 2007). Para Benetti e Balbinotti (2003), todo o processo relacionado à socialização infantil é resultado das interações de diversos fatores ou níveis apresentados no contexto familiar.

Sobre as relações entre pais e filhos, para Macarin, Martins, Minetto e Vieira (2010, p. 119) pode-se afirmar que:

As relações que os pais estabelecem com seus filhos são permeadas pela necessidade de cuidar, educar e promover o desenvolvimento deles, resultando em um conjunto característico de comportamentos que,

em geral, são nomeados de formas distintas na literatura, como por exemplo: práticas parentais, práticas educativas, práticas de cuidados, cuidados parentais.

As práticas parentais são influenciadas pelas crenças dos pais, que incluem seus valores e metas em relação ao próprio filho, por isso para entender as estratégias utilizadas pela família, devem-se levar em consideração as condições físicas, sociais e culturais na qual a família está inserida. (MACARIN; MARTINS; MINETTO; VIEIRA, 2010). Para Marin e Piccinini (2007), essas práticas educativas utilizadas pela família estão vinculadas ao comportamento dos pais, portanto é relevante considerar as diferenças nas configurações familiares e como podem impactar no comportamento dos pais e conseqüentemente dos filhos.

De acordo com Bolsoni-Silva e Marturano (2002), as práticas educativas parentais são consideradas essenciais à autoestima, autonomia e principalmente as habilidades sociais das crianças. O termo habilidades sociais é utilizado de forma incorreta sendo considerado como um sinônimo de assertividade, inclusive, segundo Del Prette, Z. e Del Prette, A. (1999), o termo é mais amplo e envolve as habilidades de comunicação, de resolução de problemas, forma de expressar os sentimentos positivos e negativos, além das opiniões e desejos. “Embora não haja consenso quanto à definição de habilidades sociais (HS), o termo HS geralmente é usado para designar um conjunto de capacidades comportamentais aprendidas que envolvem interações sociais” (CABALLO, 1995; DEL PRETTE, Z.; DEL PRETTE, A., 1999 *apud* BOLSONI-SILVA; MARTURANO, 2002).

Para Patterson, Reid e Dishion (2002 *apud* BOLSONI-SILVA; LOUREIRO, 2011) as práticas parentais positivas podem ajudar na interação estabelecida entre pais e filhos, evitando o surgimento ou manutenção de dificuldades. Já as práticas parentais negativas podem aumentar a probabilidade da ocorrência de dificuldades na relação.

As práticas educativas positivas, segundo Gomide (2006), incluem monitoria positiva (que envolve, por exemplo, o uso adequado da atenção e a distribuição de privilégios) e o comportamento moral (que implica, por

exemplo, promover condições favoráveis ao desenvolvimento das virtudes, tais como empatia, senso de justiça, responsabilidade e trabalho). Já as práticas educativas negativas envolvem a negligência, a ausência de atenção e de afeto e a disciplina relaxada, que compreende, entre outros aspectos, o relaxamento das regras estabelecidas e a punição inconsistente. (BOLSONI-SILVA; LOUREIRO, 2011, p. 62). Sobre as práticas educativas positivas e negativas pode-se afirmar que:

[..] como as práticas educativas positivas e negativas podem levar ao desenvolvimento de comportamentos pró-sociais e antissociais. Observa-se, de forma geral, que os pais, ao utilizarem com maior frequência de uma ou outra prática, contribuem para que o repertório da criança se desenvolva para um ou outro extremo. (SALVO; SILVARES; TONI, 2005, p. 190).

Hoffman (1975 *apud* PATIAS; SIQUEIRA ; DIAS, 2012) considera que existem duas formas utilizadas pelos pais para modificar o comportamento dos filhos. Uma das formas de modificar o comportamento é através da disciplina indutiva, que utiliza da explicação para alterar o comportamento da criança. Para esse método, de acordo com Mondin (2008), a relação entre pais e filhos deve ser clara e aberta, com base no respeito mútuo. Dessa forma, os pais podem explicar ao filho seu desejo para que ele mude o seu comportamento e direcionar quais as possíveis consequências de seu comportamento (HOFFMAN, 1975 *apud* PATIAS; SIQUEIRA ; DIAS, 2012). Essas intervenções realizadas pelos pais com seus filhos podem ajudar e promover as habilidades sociais, podendo inclusive, reduzir os comportamentos considerados inadequados e aumentar a incidência dos comportamentos adequados. Silva (2000) ressalta a importância do diálogo entre pais e filhos no contexto educativo, pois é um dos repertórios principais para o desenvolvimento de habilidades sociais. Com isso, acontece uma aproximação entre pais e filhos, “[...] favorecendo um clima amigável e de cooperação, podendo prevenir o surgimento de problemas de comportamento, ao mesmo tempo em que aumentam a chance de que resultados da intervenção mantenham-se a longo prazo.” (BOLSONI-SILVA; MARTURANO, 2002).

De acordo com Marler, Trainor e Davis (2005 *apud* VIEIRA; MENDES; GUIMARÃES, 2009), além dos estilos parentais auxiliarem no desenvolvimento das crianças e adolescentes, ele ressalta também que é possível observar uma reprodução dos estilos parentais aprendidos com os pais.

A dinâmica do grupo familiar é muito poderosa no processo de desenvolvimento da criança, pois é em casa que adquirirá quase todos os repertórios comportamentais básicos. Pais sensíveis, responsivos e pró-sociais exercem forte influência no desenvolvimento do senso de cooperação e reciprocidade das crianças despertando expectativas positivas sobre a disposição dos outros para dar e receber ajuda (KOLLER; BERNARDES, 1997). Pode-se afirmar que os pais ou cuidadores representam a primeira e maior fonte de reforçamento e modelo para os filhos. (PRUST; GOMIDE, 2007, p. 54).

Para desenvolver a autonomia e autoestima da criança, Nelsen (2015) apresenta um modelo de educação, chamado de disciplina positiva. Esse modelo visa uma educação com firmeza e gentileza, criando um vínculo saudável entre pais e filhos. De acordo com Nelsen (2015), esse método defende a criação de um ambiente capaz de auxiliar as crianças de maneira holística, com objetivo de desenvolvê-las cognitivamente e emocionalmente.

Esse estilo democrático visa um equilíbrio entre afeto e controle e a partir disso deve ser reconhecida e respeitada a individualidade de cada criança, valorizando e promovendo os comportamentos positivos dos filhos e não apenas restringindo aqueles comportamentos não desejados. São definidas normas e limites juntamente aos filhos, utilizando estratégias e técnicas da disciplina indutiva. A disciplina positiva é antiautoritária, possui uma grande preocupação com o desenvolvimento da criança, bem-estar emocional, além da valorização do afeto e proximidade e desenvolvimento através do brincar. (OLIVEIRA; CALDANA, 2009).

“Os autores ressaltam que várias pesquisas destacam a influência positiva deste estilo sobre o desenvolvimento de crianças e adolescentes, estando associado à competência social, assertividade e autonomia, dentre outros” (CECCONELLO; DE ANTONI; KOLLER, 2003; BEM; WAGNER, 2006 *apud* OLIVEIRA; CALDANA, 2009).

### 3 DISCIPLINA COERCITIVA

Hoffman (1975) cita um método para alterar o comportamento, que é a disciplina coercitiva, realizado com base na coerção. As estratégias de força coercitiva, segundo Alvarenga e Piccinini (2001), são caracterizadas pela aplicação direta da força, incluindo punição física, privação de privilégios e afeto, ou pelo uso de ameaças. Essas técnicas fazem com que a criança controle seu comportamento em função das reações punitivas dos pais. Além disso, elas produzem emoções intensas tais como medo, raiva e ansiedade, que tendem a reduzir ainda mais a possibilidade de a criança compreender a situação e a necessidade de modificação do comportamento. (MONDIN, 2008, p. 239). Segundo Vieira, Mendes e Guimarães (2009, p. 494), “o uso de punição física ou outras medidas punitivas abusivas pressupõem um estilo parental autoritário, o que parece prejudicar o desenvolvimento de crianças e adolescentes devido ao alto nível de controle e pobreza de afeto na maior parte das interações”.

As crianças submetidas ao estilo parental autoritário podem apresentar baixo rendimento escolar e características de imaturidade e insegurança. (BENETTI; BALBINOTTI, 2003). Alguns autores ressaltam que os pais que exercem um controle excessivo na relação com os filhos podem atrapalhar ou impedir o desenvolvimento de habilidades importantes como a autoestima e a autonomia (SZELBRACIKOWSKI; DESSEN, 2007; WEBER, 2007 *apud* PATIAS; SIQUEIRA; DIAS, 2012).

Para Alvarenga e Piccinini (2001) as estratégias disciplinares coercitivas servem apenas para cumprir objetivos de curto prazo, fazendo com que a criança se comporte de maneira adequada em um determinado momento através da força da punição, por ser um método de curto prazo muitos pais utilizam em certas situações do cotidiano. Além de ser um método transmitido através da experiência e cultura (BOLSONI-SILVA; MARTURANO, 2007).

De acordo com estudos de Pettit e Bates (1989 *apud* ALVARENGA; PICCININI, 2001) o afeto atrelado a um comportamento educativo e positivo da mãe, estaria relacionado à ausência de problemas de comportamento, enquanto que as práticas coercitivas e a ausência de uma atitude positiva da mãe podem estar relacionadas aos problemas de comportamento na infância.

Além disso, alguns estudos indicam que o uso frequente das práticas coercitivas nas crianças podem fazer com que elas se comportem de forma coercitiva em seus relacionamentos no futuro. (ALVARENGA; PICCININI, 2001) Para Bolsoni-Silva, Del Prette, A. e Oishi (2003) o uso de reforçamento positivo pode incentivar a aquisição de comportamentos esperados pela sociedade. Já o uso de punições

[...] além de não resolver os problemas de comportamento, leva à ressentimentos e ao afastamento das crianças de seus pais, comprometendo o relacionamento de amizade e cooperação que deveria ocorrer, além de favorecer o surgimento de problemas na vida adulta e mesmo infantil, tais como baixa autoestima, autoconfiança prejudicada e pouca flexibilidade comportamental diante das dificuldades encontradas no cotidiano. (BOLSONI-SILVA; DEL PRETTE, A.; OISHI, 2003, p. 13).

Para McMahon (1996 *apud* LOBO; FLACH; ANDRETTA, 2011), a coerção pode ser responsável pela manutenção e desenvolvimento de problemas de comportamento, pois os pais quando se comportam de maneira coercitiva, podem apresentar alguns comportamentos agressivos, que podem servir de modelo para a criança. Bolsoni-Silva, Del Prette, A. e Oishi (2003) identificaram que os pais das crianças que apresentavam problemas comportamentais utilizavam estratégias agressivas e punitivas nas relações com os filhos. Sidman (1995 *apud* BOLSONI-SILVA; DEL PRETTE, A.; OISHI, 2003) afirma que os pais cometem um erro em interagir mais com seus filhos nos momentos de correção e acabam revelando as estratégias do modelo coercitivo às suas crianças, que podem começar utilizá-lo sempre que desejam que os outros façam o que querem.

## 4 TREINAMENTO DE PAIS

As relações familiares são importantes no desenvolvimento infantil, porém os pais normalmente não recebem uma preparação, sendo assim eles costumam aprender através da sua experiência como pais. O surgimento

de problemas comportamentais e emocionais em crianças e adolescentes motivou a busca e desenvolvimento de intervenções destinadas aos pais, chamadas de treinamento de pais. (COELHO; MURTA, 2007).

Conforme Caleiro e Silva (2012), o treinamento de pais é uma estratégia que tem como objetivo de eliminar os comportamentos considerados indesejados ou inadequados das crianças e adolescentes e incentivar os comportamentos socialmente aceitos. Para isso, devem-se identificar as contingências que reforçam esses comportamentos e modelá-los através de novos repertórios parentais (CALEIRO; SILVA, 2012).

O trabalho com pais se baseia no princípio de que a falta de habilidades parentais pode ser responsável pelo desenvolvimento ou manutenção de problemas de comportamento nos filhos. (COELHO; MURTA, 2007). O principal objetivo do treinamento de pais para Lobo, Flach e Andretta (2011) é “substituir estilos de disciplina permissivos, punitivos e incoerentes para estratégias de manejo comportamental efetivas.” Sobre treinamento de pais podemos afirmar que:

[...] fornecem melhoras às práticas educativas utilizadas pelos pais e contribuem para a adequação comportamental da criança. Além disso, ao praticarem comportamentos pró-sociais, as crianças podem influenciar a conduta dos pais, alimentando uma cadeia de atitudes mais adequadas no contexto intrafamiliar. Ou seja, à medida que os pais sentem-se mais seguros e competentes, empregam práticas parentais mais eficazes, proporcionando aos seus filhos mais afeto, apoio e cuidados, imprescindíveis para seu desenvolvimento (DEGARMO; PATTERSON; FORGATCH, 2004 *apud* LOBO; FLACH; ANDRETTA, 2011, p. 127).

Os pais costumam não serem contingentes no uso de reforçamento positivo para comportamentos considerados positivos, respondendo de forma inapropriada (BOLSONI-SILVA; MARTURANO, 2008). Conforme Salvo, Silvaes e Toni (2005), ao utilizarem o reforçamento positivo os pais estão aumentando a probabilidade de um comportamento socialmente aceito ocorrer, pois, através de brincadeiras e elogios, a criança pode se sentir valorizada. Já a falta de reforçamento positivo, o uso de controle aversivo e a

exigência de um alto desempenho para que a criança receba reforçamento podem desestimular as crianças.

De acordo com Lobo, Flach e Andretta (2011), para realizar o treinamento de pais é necessário realizar análises funcionais sobre os comportamentos considerados problemáticos pelos pais, para que se possa iniciar a modelagem do comportamento juntamente com o envolvimento dos pais e das interações reforçadoras. O treinamento de pais além de modelar o comportamento pode trazer benefícios como, treinar habilidades sociais, trabalhar as emoções e sentimentos. (LOBO; FLACH; ANDRETTA, 2011).

Outro ponto positivo do treinamento de pais é que pode ser aproveitado para a toda a dinâmica familiar e pode ser generalizado para outros contextos, podendo ter um papel preventivo para futuros problemas em relação à criança. (LOBO; FLACH; ANDRETTA, 2011). A comunidade escolar também pode se beneficiar do treinamento com pais, pois as crianças geralmente apresentam comportamentos adequados na escola. (BENETTI; VIEIRA; FARACCO, 2016). Segundo Menegatti (2002 *apud* SALVO; SILVARES; TONI, 2005), os comportamentos disfuncionais podem se desenvolver na relação da criança com seus pais ou cuidadores e na escola, mas a relação parental pode influenciar mais as respostas das crianças devido aos vínculos afetivos existentes.

Os programas de intervenção com pais podem prevenir os problemas emocionais e comportamentais e as intervenções feitas diretamente com a família apresentou ser o método mais eficiente para alcançar os objetivos para um bom desenvolvimento infantil. (RIOS, 2006). Para Weber, Prado, Viezzer e Brandenburg (2004), uma intervenção realizada com os pais é uma forma de transmitir um conhecimento e habilidades que possam ser utilizadas para o desenvolvimento de seus filhos.

## 5 PROCEDIMENTOS METODOLOGICOS

O estudo utilizou uma revisão narrativa, com finalidade de coletar informações a partir de um levantamento de livros, artigos e periódicos para identificar as contribuições da Educação Parental e seus efeitos no compor-

tamento das crianças. As buscas bibliográficas foram realizadas nas seguintes bases de dados especializadas: Biblioteca Eletrônica Científica Online (SCIELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Periódicos Eletrônicos de Psicologia (PEPSI). Para o levantamento bibliográfico foram utilizados os seguintes descritores: “Educação Parental”; “Disciplina Positiva”; “Psicologia e Educação”; “Comportamento” e “Orientação Parental”.

Adotou-se os seguintes critérios de inclusão para a escolha dos artigos: os artigos publicados em português e cujo tema central fosse a Educação Parental. Após a pesquisa dos descritores, realizou-se a leitura dos resumos dos artigos encontrados, selecionando assim, os que estavam de acordo com o objetivo do estudo. Após a escolha dos artigos, foram realizadas as leituras e sínteses de todos os artigos. Já o critério de exclusão utilizado: artigos publicados em línguas estrangeiras.

## 6 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Estudos mostram que as crianças submetidas à Educação Parental apresentam um menor risco de apresentarem problemas infantis e apresentam maior aquisição de habilidades sociais (BOLSONI-SILVA; LOUREIRO, 2011). De acordo com Bolsoni-Silva, Salina-Brandão, Versuti-Stoque e Rosin-Pinola (2008), no Brasil existem poucos estudos sobre as práticas parentais e eles se direcionam em ensinar os pais a lidar e manejar os comportamentos problemáticos de seus filhos. Segundo Prust e Gomide (2007) quando os pais interagem com seus filhos de forma afetuosa e empática nas situações vividas no cotidiano da família, os pais estarão apresentando modelos de valores que são esperados no ambiente familiar e serão compartilhados nos ambientes sociais.

Conforme Mondin (2008), os estudos mostram que a educação autoritária não é a prática mais indicada atualmente, visto que a sociedade tem dado mais espaço para flexibilidade e espírito crítico das pessoas. Porém, a utilização de práticas educativas permissivas pode representar um perigo ao desenvolvimento cognitivo e comportamental das crianças.

Diante dos resultados obtidos podemos observar a importância dos pais e da família em proporcionar condições estimuladoras para o desenvolvimento infantil. (MONDIN, 2008).

Segundo Silves (2000), existe evidências de que as relações positivas na infância podem contribuir para a futura saúde mental e sucesso educacional das crianças. Além disso, o autor conduz uma reflexão sobre a importância da atenção diferencial para o desenvolvimento adequado na infância.

## 7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta pesquisa teve como objetivo levantar e apresentar uma bibliografia sobre a Educação Parental e sua importância no comportamento infantil. Mesmo com uma limitação bibliográfica, pois existem poucos estudos sobre esse assunto no Brasil, podemos compreender a importância das práticas parentais e do envolvimento da família, principalmente dos pais, no desenvolvimento cognitivo, socioemocional das crianças e adolescentes, além de ajudar a promover habilidades sociais e melhorar o seu desempenho acadêmico.

Pode-se observar que a família, muitas vezes, ainda não tem o conhecimento sobre a educação parental e de como ela pode impactar no comportamento da criança e em sua vida adulta. Essa relação entre pais e filhos pode contribuir ou prevenir a ocorrência de comportamentos disfuncionais em crianças por isso a importância das práticas parentais no comportamento infantil. Os benefícios da educação parental e o treinamento de pais podem ser observados não somente no comportamento com seus pais, mas também na sala de aula com os professores, outras crianças e com o restante da família.

Sendo assim, pode-se ressaltar a importância do treinamento de pais como uma estratégia para instruir e auxiliar os pais e professores para agirem como educadores e formadores de indivíduos, trazendo melhoras significativas para os comportamentos infantis, incentivando os comportamentos sociais vistos como positivos e atuando nos comportamentos indesejados apresentados pelas crianças e adolescentes. Além disso, toda a sociedade pode ser beneficiada com o treinamento de pais e educação parental, visto que uma criança bem desenvolvida em um ambiente familiar saudável irá apresentar

comportamentos positivos e adequados na sociedade, pode repassar essas práticas para outras gerações quando forem pais.

## REFERÊNCIAS

ALVARENGA, Patrícia; PICCININI, Cesar. Práticas Educativas Maternas e Problemas de Comportamento em Pré-Escolares. **Psicol. Reflex. Crit.**, v. 14, n. 3, p. 449-460, 2001. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/prc/a/XyJFJJmQkTG6gWDB89J6fr/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 12 mar. 2021.

BENETTI, Idonézia Collodel; VIEIRA, Mauro Luís; FARACCO, Anna Maria. Suporte parental para crianças do ensino fundamental. **Cadernos de Pesquisa**, São Paulo, v. 46, n. 161, p. 784-801, jul./set. 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cp/a/CCW4S9Zw4nrmHRtQ4QJ78pF/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 7 jun. 2021

BENETTI, Silvia Pereira da Cruz; BALBINOTTI, Marcos Alencar Abaide. Elaboração e estudo de propriedades psicométricas do Inventário de Práticas Parentais. **Psico-USF**, v. 8, n. 2, p. 103-113, 2003. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/psuf/a/Dgr4DqMMmsNkjk67Zcq3DC/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 6 maio 2021.

BOLSONI-SILVA, Alessandra Turini; DEL PRETTE, Almir; OISHI, Jorge. Habilidades sociais de pais e problemas de comportamento de filhos. **Psicologia Argumento**, n. 9, p. 11-29, 2003. Disponível em: <https://revistas.anchieta.br/index.php/revistaargumento/article/view/559/478>. Acesso em: 7 jun. 2021.

BOLSONI-SILVA, Alessandra Turini; LOUREIRO, Sonia Regina. Práticas educativas parentais e repertório comportamental infantil: comparando crianças diferenciadas pelo comportamento. **Paidéia**, Ribeirão Preto, v. 21, n. 48, p. 61-71, abr. 2011. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S0103-863X2011000100008&lng=en&nrm=iso&tlng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0103-863X2011000100008&lng=en&nrm=iso&tlng=pt). Acesso em: 2 nov. 2020.

BOLSONI-SILVA, Alessandra Turini; MARTURANO, Edna Maria. A qualidade da interação positiva e da consistência parental na sua relação com problemas de comportamentos de pré-escolares. **Interam. j. psychol.**, Porto Alegre, v. 41, n. 3, p. 349-358, dez. 2007. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-96902007000300010&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-96902007000300010&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 7 jun. 2021.

BOLSONI-SILVA, Alessandra Turini; MARTURANO, Edna Maria. Habilidades sociais educativas parentais e problemas de comportamento: comparando pais e mães de pré-escolares. **Aletheia**, Canoas, n. 27, p. 126-138, jun. 2008. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-03942008000100010&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942008000100010&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 6 jun. 2021.

BOLSONI-SILVA, Alessandra Turini; MARTURANO, Edna Maria. Práticas educativas e problemas de comportamento: uma análise à luz das habilidades sociais. **Estudos de Psicologia**, Natal, v. 7, n. 2, p. 227-235, jul. 2002. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-294X2002000200004&script=sci\\_abstract&tlng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-294X2002000200004&script=sci_abstract&tlng=pt). Acesso em: 2 nov. 2020.

BOLSONI-SILVA, Alessandra Turini; SALINA- BRANDÃO, Alessandra; VERSUTTI-STOQUE, Fabiana Maris; ROSIN-PINOLA, Andréa Regina. Avaliação de um programa de intervenção de habilidades sociais educativas parentais: um estudo-piloto. **Psicologia: Ciência e Profissão**, Brasília, v. 28, n. 1, p. 18-33, 2008. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-98932008000100003&script=sci\\_abstract&tlng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-98932008000100003&script=sci_abstract&tlng=pt). Acesso em: 2 nov. 2020.

CALEIRO, Fernanda Mendes; SILVA, Rodrigo Sinnotti. Técnicas de modificação do comportamento de crianças com treinamento de pais. **Encontro: Revista de Psicologia**, v. 15, n. 23, p. 129-142, 2012. Disponível em: <http://www.pgskroton.com.br/seer/index.php/renc/article/viewFile/2475/2371>. Acesso em: 5 maio 2021.

COELHO, Marília Velasco; MURTA, Sheila Giardini. Treinamento de pais em grupo: um relato de experiência. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 24, n. 3, p. 333-341, 2007. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-166X2007000300005&script=sci\\_abstract&tlng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-166X2007000300005&script=sci_abstract&tlng=pt). Acesso em: 2 nov. 2020.

DEL PRETTE, Zilda Aparecida Pereira ; DEL PRETTE, Almir. **Psicologia das habilidades sociais: terapia e educação**. 8. ed. Petrópolis : Vozes, 1999. 208 p.

GARCIA, Narjara Mendes; YUNES, Maria Angela Mattar; ALMEIDA, Ana Maria Tomás. Educação parental e pedagogia social: avaliação de uma proposta de intervenção. **Educação**, Porto Alegre, v. 39, n. 1, p. 94-104, 2016. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/faced/article/view/21396/14580>. Acesso em: 2 nov. 2020.

LOBO, Beatriz de Oliveira Meneguelo; FLACH, Katherine; ANDRETTA, Ilana. Treinamento de pais na terapia cognitivo comportamental para crianças com transtornos externalizantes. **Psicologia em Pesquisa**, v. 5, n. 2, p. 126-134, 2011. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1982-12472011000200005](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1982-12472011000200005). Acesso em: 5 maio 2021.

MACARIN, Samira Mafioletti; MARTINS, Gabriela Dal Forno; MINETTO, Maria de Fátima J; VIEIRA, Mauro Luis. Práticas parentais: uma revisão da literatura brasileira. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 62, n. 1, p. 119-134, 2010. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-52672010000100013&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672010000100013&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 6 jun. 2021.

MARIN, Angela Helena; PICCININI, Cesar Augusto. Comportamentos e práticas educativas maternas em famílias de mães solteiras e famílias nucleares. **Psicologia em Estudo**, v. 12, n. 1, p. 13-22, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/yDRVzk7nz9dtwYHvHgknxtx/?lang=pt#>. Acesso em: 9 jun. 2021.

MONDIN, Elza Maria Canhetti. Práticas educativas parentais e seus efeitos na criação dos filhos. **Psicologia Argumento**, São Paulo, v. 26, n. 54, p. 233-244, 2008. Disponível em: <https://periodicos.pucpr.br/index.php/psicologiaargumento/article/view/19885>. Acesso em: 2 nov. 2020.

NELSEN, Jane. **Disciplina positiva**. 3. ed. rev. e atual. Barven: Manole, 2015. 340 p.

OLIVEIRA, Thaís Thomé Seni S.; CALDANA, Regina Helena Lima. Educar é punir?: Concepções e práticas educativas de pais agressores. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 9, n. 3, dez. 2009. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-42812009000300009](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812009000300009). Acesso em: 2 nov. 2020.

PATIAS, Naiana Dapieve; SIQUEIRA, Aline Cardoso; DIAS, Ana Cristina Garcia. Bater não educa ninguém! práticas educativas parentais coercitivas e suas repercussões no contexto escolar. **Educação e Pesquisa**, São Paulo, v. 38, n. 4, p. 981-996, dez. 2012. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1517-97022012000400013&script=sci\\_abstract&tlng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1517-97022012000400013&script=sci_abstract&tlng=pt). Acesso em: 2 nov. 2020.

PRUST, Laísa Weber; GOMIDE, Paula Inez Cunha. Relação entre comportamento moral dos pais e dos filhos adolescentes. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 24, n. 1, p. 53-60, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/BFBxJ84YkLswN3rSkYY9KMn/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 6 jun. 2021.

RIOS, Karine de Souza Augusto. **Efeitos de um programa de prevenção de problemas de comportamento em crianças pré-escolares de famílias de baixa renda**. 2006. Dissertação (Mestrado em Educação Especial) – Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, 2006. Disponível em: <https://repositorio.ufscar.br/bitstream/handle/ufscar/2941/1048.pdf?sequence=1&isAllowed=>. Acesso em: 7 jun. 2021.

SALVO, Caroline Guisantes De; SILVARES, Edwiges Ferreira de Matos; TONI, Plínio. Marco de Práticas educativas como forma de predição de problemas de comportamento e competência social. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 22, n. 2, p. 187-195, 2005. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/9vBZLGndVv54p8MmXPhBksk/abstract/?lang=pt#>. Acesso em: 9 jun. 2021.

SILVARES, Edwiges Ferreira de Mattos. Terapia comportamental com famílias de crianças agressivas: por que, como e quando. **Paidéia**, Ribeirão Preto, v. 10, n. 19, p. 24-32, dez. 2000. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-863X2000000200004&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-863X2000000200004&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 5 maio 2021.

TOZZE, Karina Ferraz. **A efetividade de grupos de pais para o tratamento de problemas internalizantes e o papel do comportamento do supervisor na formação de terapeutas analítico-comportamentais**. 2016. p. 152. Dissertação (Mestrado em Psicologia do Desenvolvimento e Aprendizagem) – Faculdade de Ciências de Bauru, UNESP, São Paulo, 2016. Disponível em:

[https://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/136447/tozze\\_kf\\_me\\_bauru.pdf?sequence=3](https://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/136447/tozze_kf_me_bauru.pdf?sequence=3). Acesso em: 5 maio 2021.

VIEIRA, Timoteo Madaleno; MENDES, Francisco Dyonísio Cardoso; GUIMARAES, Leonardo Conceição. De Columbine à Virgínia Tech: reflexões com base empírica sobre um fenômeno em expansão. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 22, n. 3, p. 493-501, 2009. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102-79722009000300021](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-79722009000300021). Acesso em: 5 maio 2021.

WEBER, Lidia Natalia Dobrianskyj; PRADO, Paulo Müller; VIEZZER, Ana Paula; BRANDENBURG, Olivia Justen. Identificação de estilos parentais: o ponto de vista dos pais e dos filhos. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 17, n. 3, p. 323-331, 2004. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/prc/a/xP7PmbNp3Q5W76DPMzL935C/abstract?lang=pt#>. Acesso em: 6 jun. 2021.

# O HOMEM PÓS-MODERNO E OS PETS NO PERÍODO DA PANDEMIA DA COVID-19

THE POSTMODERN MAN AND PETS IN  
THE COVID-19 PANDEMIC PERIOD

BIANKA BÁRBARA GUIMARÃES<sup>1</sup>  
JOÃO BATISTA DE MENDONÇA FILHO<sup>2</sup>

## RESUMO

---

Este trabalho busca verificar os posicionamentos do homem pós-moderno frente à pandemia da COVID-19 e o que motiva a relação homem/animal doméstico na contemporaneidade, pautado no escopo do sociólogo Zygmunt Bauman (1925–2017) e em pesquisas estrangeiras, devido ao real *lockdown* exercido em países europeus e nos Estados Unidos. O fechamento das atividades não essenciais e a proibição da convivência social levaram os indivíduos ao isolamento interpessoal e à introspecção, o que propiciou observar os processos subjetivos e as percepções dos vínculos afetivos dos tutores de *pets*. Por meio de pesquisa bibliográfica, buscou-se constatar o papel dos *pets* como apoio psicológico aos tutores durante o *lockdown*. Após a compreensão dos dados analisados, entende-se que o homem da modernidade líquida, permeado pelo medo da entrega relacional, utiliza-se dos *pets* como suporte para essa falta de laços humanos sólidos. Nesta perspectiva, espera-se que o trabalho possa auxiliar os profissionais de Psicologia em suas intervenções, a fim de entender e superar as barreiras dessa inabilidade relacional.

**Palavras-chave:** vínculo afetivo; relação homem–animal de estimação; aspectos psicológicos; aspectos psicossociais; COVID-19.

- 
- 1 Graduada em Psicologia da Universidade FUMEC. Lattes. Brasil. bianca.guimaraes@ymail.com. Data de entrega: 09 jun. 2021
  - 2 Orientador, Mestre em Educação, psicólogo. Professor da Universidade FUMEC – Brasil. jbmfilho@fumec.br

## ABSTRACT

---

*This work intends to verify the positions of postmodern man in the face of the COVID-19 pandemic and what motivates the man/domestic animal relationship in contemporary times, based on the scope of sociologist Zygmunt Bauman (1925–2017) and on foreign research, due to real lockdown practiced in European countries and the United States. The closing of non-essential activities and the prohibition of social interaction led individuals to interpersonal isolation and introspection, which allowed the observation of the subjective processes and perceptions of the affectionate bonds of pet tutors. Through literature research, the aim was to verify the role of pets as psychological support to tutors during the lockdown. After understanding the analyzed data, it is understood that the man of liquid modernity, permeated by the fear of relational commitment, uses pets as support for this lack of solid human ties. In this perspective, it is hoped that the work can help Psychology professionals in their interventions, in order to understand and overcome the barriers of this relational inability.*

**Keywords:** *affective bond; man–pet relationship; psychological aspects; psychosocial aspects; COVID-19.*

## 1 INTRODUÇÃO

Até antes de março de 2020, a relação dos indivíduos com seus cães era de cuidados básicos diários, como alimentação, higiene e atividades; sendo um pouco mais intensivos no caso de filhotes. Porém, observa-se que essa relação deu uma guinada de 180 graus. Hoje, em 2021, percebe-se que, em vez de apenas cuidar de um cão, também os indivíduos se permitem “serem cuidados por ele”, ou seja, ao darem atenção, afeto e alimentação para um cão, “estão cuidando de si mesmos”.

A partir do início de 2020, as pessoas passaram a conviver com ações governamentais de restrição decorrentes das orientações epidemiológicas para a contenção da transmissibilidade da COVID-19. Foi decretado o fechamento das atividades não essenciais, tais como escolas, espaços de lazer, dentre outros, e as pessoas receberam orientações para se distanciar socialmente. A família ficou restrita apenas às pessoas que residem no mesmo domicílio. Amigos, só virtualmente, e abraços e beijos foram designados à categoria de possivelmente letais.

A COVID-19 está apavorando, permeando o sujeito de inseguranças, culpas, medo do desconhecido e da finitude: culpa por ter se esquecido de algum ritual de assepsia antes de entrar em casa, culpa por ter sido um transmissor da doença... E o desejo? Onde ficam os planos para o futuro?

A atual pandemia revela não somente o vírus, mas também as fragilidades do homem pós-moderno que abriu mão da segurança na sociedade moderna, coesa e previsível, em detrimento da sua liberdade. Como em um período de tantas incertezas o homem poderá se sustentar?

O sociólogo e filósofo Zygmunt Bauman (1925–2017) diz de uma sociedade fluida, cada vez mais volátil, mutante e instável, na qual as relações com o outro encontram-se cada vez mais efêmeras e superficiais. Possui como medida não a qualidade, mas a quantidade de relacionamentos, como se os indivíduos fossem mercadoria e consumidor simultaneamente. O sociólogo não pôde ver o paradoxo que a pandemia provocou: o fato de o homem ter a vida intensamente (com)partilhada com os indivíduos da mesma habitação, (com)viver com o outro, impelido a tecer novas formas de viver e buscar novos sentidos para vida. Essa vida que, até então, era pautada no capitalismo: trabalhar e ter.

O isolamento social e o confinamento com indivíduos com os quais desaprendemos a conviver servem como um gatilho para o estresse e, conseqüentemente, os transtornos mentais; por exemplo: a ansiedade, a depressão e inúmeras doenças de cunho somático, como o aumento da pressão arterial e arritmias cardíacas. O sujeito que se constitui primariamente pelo toque, se vê privado do abraço, do beijo, ou seja, do toque do outro.

Anterior à pandemia, foi observado outro fenômeno mundial: o aumento significativo do número de animais de estimação nos lares. No Brasil, o movimento é idêntico, sendo que somos o segundo mercado mundial de consumo de produtos para *pets*, atrás apenas dos EUA, conforme a Associação Brasileira da Indústria de Produtos para Animais de Estimação – ABINPET (2020).

Segundo Abreu e Passos (2020), a composição familiar passa a incluir um novo membro, o animal de estimação. Assim sendo, essa família passa a ser não apenas uma família da espécie humana, mas uma família multiespécie, com reconhecimento jurídico.

A Constituição Alemã de 2002 contempla o direito à saúde e bem estar aos animais não humanos. No Brasil, ao se falar em animal de estimação, os termos posse do animal, dono e partilha do animal foram substituídos por adoção, tutor e guarda, respectivamente.

A COVID-19 denuncia a grande dificuldade que o homem pós-moderno tem ao se relacionar com o outro e seu grande vazio existencial, inclusive a percepção que o sujeito visualiza no animal de estimação, a lealdade incondicional que não enxerga em seus pares da espécie humana, diferentemente do amor e amizades fluídas da pós-modernidade. Bernard e Demaret (1996) *apud* Delarissa (2003), vão além, afirmando que a relação do homem com o animal de estimação é de consumidor apêndice *versus* seu tutor.

Porém, Winnicott, pediatra e psicanalista inglês, apontou que, com o animal de estimação, criamos um vínculo em um espaço potencial, uma área intermediária entre a realidade interna e externa do sujeito. Um espaço em que podemos viver o criativo e a espontaneidade. Esse movimento poderia aliviar as crises da pós-modernidade (DELARISSA, 2003).

Nesse contexto, indagamos se é o afeto, a possibilidade de interagir pelo tato e a exploração do espaço potencial Winnicottiano que permitem o homem ser “cuidado” pelo cão; se os períodos de isolamento social se tornaram menos árduos; e qual o papel do cão como facilitador da relação entre os familiares, evitando confrontos diretos nessa vida tão intensamente compartilhada, favorecendo, assim, o bom convívio familiar. Analisar como os animais de companhia, em particular os cães, povoam a subjetividade do homem pós-moderno, e quais são os impactos na saúde e na qualidade de vida desse homem, demonstra ser de uma relevância atual, para uma melhor clareza dos papéis nesse vínculo.

Dada tal relevância, justifica-se estudar a relação do homem com o animal de estimação e as consequências em sua subjetividade durante o isolamento social provocado pela pandemia. O isolamento social como fenô-

meno permite o estudo em questão, beneficiando os profissionais da saúde e psicólogos em seus trabalhos com indivíduos institucionalizados, privados dos relacionamentos sociais, como em casas de longa permanência (asilos), orfanatos e presídios. Para esses profissionais, este esboço amplia as possibilidades de adoção do uso do animal de estimação como forma de favorecer as relações internas às instituições e os processos terapêuticos.

## 2 MARCO TEÓRICO

O referencial teórico que serviu de aporte para a elaboração do presente trabalho se fundamentou nos estudos da Sociologia, especificamente em Zygmunt Bauman (1925–2017), com o objetivo de entender os posicionamentos do homem pós-moderno e o que motiva a relação homem/animal doméstico na contemporaneidade, principalmente o cão de companhia, em um recorte temporal do período da pandemia da COVID-19.

### 2.1 Modernidade Sólida/Modernidade Líquida

Bauman (2020a) observa um novo ambiente na modernidade, provocando modificações na vida individual e coletiva do sujeito. Esse novo ambiente impulsionou o autor a fazer distinções entre modernidade sólida e líquida.

A era Moderna é bem dividida entre duas fases, modernidade “sólida” e “líquida”. Entende-se como modernidade sólida o período do tempo em que o homem contava com organizações sociais que influenciavam nas escolhas dos indivíduos, que eram pautadas pela rotina, e, inclusive, padrões de comportamento (BAUMAN, 2020a).

O que é sólido mantém sua forma facilmente, conserva-se no tempo, resistindo ao fluxo, com extensão mensurável, clara, contida. Em contrapartida, Bauman (2020a) esclarece que diferentemente dos sólidos, os líquidos não se fixam no tempo e muito menos no espaço, sendo o tempo algo maior que o espaço que é móvel; os líquidos “fluem”, “escorrem”, “transbordam”, “vazam”. “Essas são razões para considerar ‘fluidez’, ou ‘liquidez’ como metá-

foras adequadas quando queremos captar a natureza da presente fase, nova de muitas maneiras, na história da modernidade” (BAUMAN, 2020a, p. 9).

Na modernidade líquida, a formação estrutural da sociedade não se mantém por tempo superior ao tempo dispendido para organizá-la, e, conseqüentemente, não se estabelecem. Essa formação não serve de base para as ações do sujeito, pois é efêmera, mutável, dificultando laboração de “um projeto de vida” (BAUMAN, 2020a).

Seria imprudente negar, ou mesmo subestimar, a profunda mudança que o advento da “modernidade fluida” produziu na condição humana. O fato de que a estrutura sistêmica seja remota e inalcançável, aliado ao estado fluido e não estruturado do cenário imediato da política-vida, muda aquela condição de um modo radical e requer que repensemos os velhos conceitos que costumavam cercar suas narrativas. (BAUMAN, 2020a, p. 15).

Segundo Bauman (2020), as escolhas individuais eram entrelaçadas com projetos e ações coletivas, permitiam o sujeito orientar-se por padrões e regras estáveis. A modernidade sólida dava segurança para o homem agir, pois esses possuíam “grupos de referência”. A fluidez e a perenidade do tempo e espaço na modernidade líquida cederam lugar à autoconstrução individual, em que o sujeito se torna agente único responsável por fracassos. Não podendo contar com experiências anteriores, interações com a comunidade, é limitado ao nível micro do convívio social; o que há é a “[...] substituição da solidariedade social pela autorresponsabilidade individual” (BAUMAN, 2020b, p. 23).

### 2.1.1 Laços Humanos

Bauman (2020b) apresenta como reflexo da modernidade líquida o sentimento de medo e insegurança do homem, e expõe esse fenômeno observado, inclusive anteriormente à modernidade líquida, fenômeno esse, que podemos tolerar. Estão relacionados ao que não controlamos, um poder da natureza, da aceitação de corpos frágeis e finitos. Ao mesmo tempo, se relacionam também com o sentimento de desconformidade das normas que envolvem as relações do homem na primeira instituição da qual faz parte

(família), no Estado e nas relações sociais, como constatado em o Mal-Estar da Civilização, de Freud (1930) *apud* Bauman (2020b).

O medo na modernidade líquida apresenta outro vilão, o próprio homem. De modo que esse homem, estando jogado à própria sorte, é responsável por sua segurança e está sujeito a falhas, desconfia de tudo e todos. Não existem laços de confiabilidade, já que nesse contexto o companheirismo também tem como característica a volatilidade e a perenidade (BAUMAN, 2020b)

A sociedade moderna, tendo substituído as comunidades e corporações estreitamente entrelaçadas, que no passado definiam as regras de proteção e monitoravam sua aplicação pelo dever individual do interesse, do esforço pessoal e da autoajuda, tem vivido sobre a areia movediça da contingência. (CASTEL, 2003 *apud* BAUMAN, 2020b, p. 63).

Bauman (2021) corrobora o pensamento de Castel ao afirmar que a privação dos vínculos sociais e a libertação do indivíduo das normas impostas por esses vínculos tem como efeito colateral a fragilidade e a vulnerabilidade, a ausência da proteção, formada justamente pela rede de vínculos sociais.

Como os vínculos sociais sofreram modificações na modernidade líquida, o investimento amoroso também seguiu seus passos. De acordo com Bauman (2021), os indivíduos foram colocados em uma situação ambígua, na qual querem a segurança da relação amorosa, ter alguém para compartilhar a vida e se relacionar. Esse homem se vê na situação de não confiança e de medo; e, ao se colocar em uma situação fixa, imutável, ficará privado do leque de satisfações que a vida lhe oferece. No pensamento moderno líquido, o relacionamento a longo prazo impede que se usufrua melhores relacionamentos e mais satisfatórios. O modelo ideal de relacionamento seria aquele no qual não existem compromissos de ambas as partes, disponível ao bel-prazer (“relacionamentos de bolso”), abertos a novas experiências.

Bauman (2021) faz uma distinção entre amor, desejo e impulso para que se entenda como os laços amorosos são elaborados hoje, na modernidade líquida. “O amor [...] é a vontade de cuidar e de preservar o objeto cuidado” (p. 24). Algo que transcende, que ao mesmo tempo atrai e repele, pelo simples fato de o amor prometer uma segurança que não pode dar, sem o iminente

perigo da fusão e a subjugação do outro. O amor então não é antídoto da ansiedade e sim uma experiência que não se sabe o resultado final.

O desejo, conforme descreve Bauman (2021, p. 23), é diferente; “[...] é a vontade de consumir. Absorver, devorar, ingerir e digerir – aniquilar”. Surge a partir da alteridade que se transforma em um desafio de consumir, destruir seu objeto, se autodestruindo. O desejo está na contramão dos comportamentos da modernidade líquida, pois precisa de dedicação, zelo para gerar frutos; precisa de tempo.

Ambos, amor e desejo, segundo Bauman (2021), são ameaças para seu objeto. Enquanto o desejo destrói seu objeto e ainda produz refugos, se eliminando, o amor o escraviza, encarcerando-o com a intenção de cuidar.

O impulso, muitas vezes confundido por desejo ou amores fugazes, pode-se comparar com o que é descartável, consumido rápida e inconsequentemente; e, a partir de sua satisfação, parte-se para a busca de outra fonte em que beber. O impulso está bem adaptado à vida moderna fluida e é característico das ações dos sujeitos. As relações amorosas são colocadas de maneira horizontalizada com bens de consumo, substituíveis por “novas e aperfeiçoadas versões”, assevera Bauman (2021).

Os relacionamentos amorosos são vistos como condutores de problemas; e, ao mesmo tempo que o sujeito busca uma relação sólida, ele a repele. O amor agora é fluido: ou fica apenas em um impulso de momento, ou, quando se torna mais concreto, não fixa o casal no mesmo endereço ou convivência contínua, no “estilo antigo de até a morte nos separe” ou do “vamos ver como funciona”. Os compromissos estão sendo substituídos por compartilhamentos de horário fixo, seja parcial ou flexível, como Bauman (2021) observou ao ler a revista OM, encartada aos domingos nos jornais de renome do Reino Unido, que se autointitula como um manual da vida moderna que passeia nos temas moda, interiores, jardins, comida e viver. Na sessão viver, Bauman se deparou com a pauta “casais semisseparados”.

A crise na instituição do casamento, segundo Bauman (2021), teve como consequência a exposição de sua fragilidade, o homem não pode contar nem com a segurança de um parceiro perene e muito menos com a perpetuação de seu legado pela figura do filho. Os membros da família tornaram-se mutan-

tes e substituíveis, já que os laços de parentesco e afinidade são frouxos, facilmente desatáveis.

“Formar uma família” é como pular de cabeça em águas inexploradas e de profundidade insondável, cancelar ou adiar outras sedutoras alegrias consumistas de uma atração ainda não experimentada, desconhecida, imprevisível – em si mesmo um sacrifício assustador que se choca fortemente com os hábitos do consumidor prudente [...]. (BAUMAN, 2021, p. 61)

Ao ponderar sobre o ter filhos e constituir família, o homem da modernidade fluida coloca na balança o filho como objeto de consumo emocional. Os filhos são almeçados pela possibilidade de trazerem o prazer e a completude para os pais. Como são objetos, calcula-se o seu custo tanto financeiro quanto emocional. É uma escolha que coloca o homem em uma posição perturbadora, pois é uma decisão que envolve um investimento emocional focado no filho, em detrimento ao seu: o auto sacrifício do arranjo do casal, do planejamento de carreira e da facilidade de desatar laços, o que provoca a insegurança e o medo do que esperar desse investimento a longo prazo (BAUMAN, 2021).

O sujeito analisado por Bauman (2020b, 2021) tem medo de se envolver em relacionamentos duradouros, tanto emocionais como comunitários. É utilizado o termo em voga: homem conectado, homem em conexão. Contudo, é uma conexão que permite o superficialismo das relações e a facilidade de rompimento. Nunca o homem esteve tão interligado a outros, pertencendo a uma multidão, porém nunca esteve tão à mercê da segurança ínfima que um objeto lhe traz. As relações passam a ser mediadas pelo virtual, o que favorece o corte do vínculo com facilidade. No mundo virtual, os atos como bloquear, restringir, desligar e não responder se tornam cada vez mais frequentes, havendo uma quebra rápida do contato com o outro.

A globalização, fenômeno da modernidade, prioriza a comunicação virtual que, na realidade, nos afastou do contato não virtual. As relações e as pessoas passaram a ser bens de consumo e as habilidades sociais se esvaeceram, objetificando o outro e levando à perda da singularidade para o mercado consumidor. No mundo globalizado, o comportamento humano da

solidariedade é pouco praticado, haja vista a discrepância da pirâmide social, os guetos formados pela diversidade de padrões de etnia, de gênero e sociais. O ser humano não pode mais contar com a rede de solidariedade comunitária.

Quanto mais nos destacamos de nossas vizinhanças imediatas, mais dependemos da vigilância desse ambiente... Os lares de muitas áreas urbanas do mundo agora existem para proteger seus habitantes, não para integrar as pessoas e suas comunidades. (GUMPERT; DRUCKER, 1996 *apud* BAUMAN 2020b p. 78).

Bauman (2020b, 2021) explicita uma característica da modernidade: o fato de as cidades terem que resolver problemas sociais, ecológicos e econômicos provocados a nível global, ou seja, algo praticamente impossível. As cidades apresentam dois cenários distintos: a possibilidade de se aprender e se fazer pelas diferenças humanas, o que é tratado como mixofilia; e a mixofobia, a causadora das angústias e do medo nos habitantes da cidade, onde as diferenças sociais, étnicas, religiosas são o motor para as segregações e a criação de “condomínios fechados” que isolam seres que se colocam como socialmente superiores, vigilância 24 horas, monitoramento residencial, etc.

Como afirma Bauman (2021), somente através de uma “reforma das condições da existência”, o sujeito poderá aliviar ou erradicar os sentimentos de insegurança existencial e medo. Problemas como a volatilidade do mercado de trabalho, a não retenção de experiências passadas, a fragilidade dos vínculos humanos e a facilidade do rompimento de laços não podem ser resolvidos em uma prancheta de um urbanista.

### 3 METODOLOGIA

O presente estudo tem como proposta metodológica a pesquisa qualitativa, pelo método da revisão narrativa, a partir da coleta de dados de fontes primárias e secundárias, por meio de uma pesquisa bibliográfica que contempla a Sociologia e a Psicologia. Tal pesquisa busca a compreensão do que motiva a relação homem/animal doméstico na contemporaneidade,

principalmente o cão de companhia, em um recorte temporal do período da pandemia da COVID-19.

Foram utilizados a literatura do sociólogo Zygmunt Bauman juntamente com artigos coletados nas bases de dados especializadas: Biblioteca Nacional de Medicina dos Estados Unidos (PubMed), Google Acadêmico, SciELO, Biblioteca Nacional de Medicina dos Estados Unidos (PMC).

Os descritores a seguir e suas combinações foram utilizados como fonte de pesquisa, por meio do algoritmo de busca do Google em língua portuguesa: “vínculo afetivo”, “animais de companhia”, “vínculo homem-animal de estimação”, “aspectos psicológicos”, “aspectos psicossociais” e, “infecção por coronavírus”.

Os critérios de escolha dos artigos a serem utilizados no trabalho foram língua de publicação (português e/ou inglês) e data (2020/2021), com enfoque na pandemia e as consequências subjetivas do distanciamento social. Para tal, nos artigos, foram lidos inicialmente apenas os tópicos resumo e introdução; posteriormente, após perceber que se encaixavam no foco deste estudo, foram lidos na íntegra e considerados os dados encontrados para uso na análise da pesquisa. Os artigos de revisão narrativa de literatura foram excluídos, juntamente com os artigos que possuíam o enfoque na medicina veterinária, exclusivamente no bem estar animal, pois não cumpriram o objetivo da pesquisa.

O levantamento, após ser refinado, foi encerrado com um total de 3 obras literárias, 5 artigos, 2 dissertações, além de dados disponíveis *on-line*. As informações foram correlacionadas para a argumentação do presente trabalho.

## 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Segundo a Organização Mundial de Saúde – OMS (2021), a COVID-19 é uma doença provocada por um coronavírus denominado SARS-CoV-2. A OMS foi informada sobre esse vírus em 31 de dezembro de 2019, por meio de um relatório que notificava casos de “pneumonia viral” em Wuhan, na China, transmitida através de gotículas de saliva ou secreção nasal da pessoa

infectada. Desde então, os casos se multiplicaram pelo mundo, tomando a dimensão de pandemia. Por meio de relatórios que são atualizados diariamente, a OMS busca fazer um acompanhamento da situação dos países no enfrentamento da pandemia. Na data de 06 de maio de 2021, o quadro global era de “154.815.600 casos confirmados de COVID-19, incluindo 3.236.104 mortes, relatados à OMS. Em 5 de maio de 2021, um total de 1.170.942.729 doses de vacina foram administradas.” (OMS, 2021). No Brasil, o quadro já era considerado gravíssimo. Mesmo com 77.359 novos casos, 14.856.888 casos confirmados e 411.588 mortes confirmadas, o país não decretou *lockdown* nacional como estratégia para evitar o avanço da doença, sendo realizados apenas isolamentos parciais.

Dentre os trabalhos eleitos para dar suporte à pesquisa, encontram-se estudos nacionais e internacionais, a saber: do Brasil, de Portugal, do Reino Unido, da Espanha e dos Estados Unidos. Dentre os países estudados, os europeus e os Estados Unidos decretaram *lockdown*, e pesquisaram a qualidade de vida dos indivíduos que ficaram em isolamento social com seus *pets*.

Bowen *et al.* (2020) apresentam o trabalho intitulado “Os efeitos do *lockdown* espanhol da COVID-19 sobre as pessoas, seus animais de estimação e o vínculo humano-animal” (tradução nossa), publicado em 2020 no *Journal of Veterinary Behavior: Clinical Applications and Research* dos meses de novembro e dezembro. Justifica-se a escolha do trabalho dos autores tendo em vista o rigor do confinamento social implementado pelo governo espanhol. A pesquisa foi de cunho quantitativo com o objetivo de investigar os efeitos do confinamento espanhol para o controle da pandemia da COVID-19 sobre o comportamento de cães e gatos de estimação e o apoio que tais animais fornecem aos seus donos. A pesquisa foi realizada *on-line*, com uma amostra de 1297 participantes, distribuídos em um percentual de 61,2% tutores de cães e 38,8% de gatos, observando o traço de 55,9% dos entrevistados adultos sem filhos, 32% como pais, 11,2% como filho/filha e 0,5% como avós. Quarenta e sete por cento das pessoas indicaram que seu animal de estimação as havia ajudado “moderadamente mais ou muito mais” na superação do isolamento. Para 25% dos entrevistados, não houve mudança; apenas 0,7% perceberam uma redução no apoio emocional por parte do animal de estimação. Diante dos resultados, conclui-se que a qualidade de vida dos proprietários era fortemente influenciada pelo estilo de vida e pelos efeitos emocionais do confi-

namento, e que os animais de estimação lhes forneciam apoio. No entanto, efeitos de piora na qualidade de vida dos animais durante o confinamento também foram observados, com base nas alterações comportamentais dos cães e gatos.

“COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado” é o título publicado por Faro *et al.* (2020) na Revista de Psicologia de Campinas, em junho de 2020. O objetivo do trabalho foi coletar informações e achados de pesquisas relativos ao impacto da pandemia pela COVID-19 na saúde mental e analisar as consequências do distanciamento social. Na revisão, que tem como ponto de partida a COVID-19 e seus desdobramentos psicológicos, os autores mostram que:

Além do medo de contrair a doença, a COVID-19 tem provocado sensação de insegurança em todos aspectos da vida, da perspectiva coletiva à individual, do funcionamento diário da sociedade às modificações nas relações interpessoais” (LIMA *et al.*, 2020; OZILI; ARUN, 2020 *apud* Faro *et al.* 2020).

De acordo com Faro *et al.* (2020), o adoecimento mental será uma seqüela da COVID-19, maior que o número de mortes. Partindo desse pressuposto, é possível afirmar que a crise provocada pela pandemia potencializará uma catástrofe em saúde mental, merecendo uma atenção especial do poder público, que envolva esforços urgentes nas mais diversas áreas de conhecimento, para minimizar resultados ainda mais negativos na saúde mental.

McDonald *et al.* (2021), em “O apego aos animais de estimação modera as transições nos padrões latentes de saúde mental após o início da pandemia da COVID-19: resultados de uma pesquisa com adultos nos Estados Unidos” (tradução nossa), artigo publicado em março/21 no jornal *Animals*, apresentaram um estudo transversal com amostra de 3.006 indivíduos, com o objetivo de “examinar se o apego a animais de estimação influencia as mudanças no padrão de ajuste psicológico percebido pelos indivíduos antes e depois do início da pandemia da COVID-19” (tradução nossa). De acordo com os resultados, foi possível concluir que o apego a animais de estimação pode ter influenciado as respostas, como um fator de proteção para indivíduos que exibem níveis moderados a altos de sintomas que afetam a saúde men-

tal e maiores chances de transição para apresentar um perfil de sintomas com menor intensidade e gravidade. Porém, os indivíduos com sintomas graves de adoecimento mental e alto apego aos animais de estimação não se beneficiaram com a convivência com os *pets*; pelo contrário, tiveram um pior desempenho em relação às restrições impostas pela pandemia.

O Repositório Científico do Instituto Universitário da Maia – ISMAI, de Portugal, publicou no primeiro semestre de 2021 a defesa da dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica da Saúde, de Ana Margarida Ramos, intitulada “Animais de estimação & Saúde Mental de adultos e idosos em tempo de Covid-19”. O trabalho se constituiu em uma revisão de literatura, um estudo empírico e de pesquisa, com o objetivo de observar como a presença de animais de estimação e a relação que com eles é estabelecida está relacionada com a saúde mental de pessoas com mais de 40 anos durante a Pandemia da COVID-19, no período de 22 de março a 2 de maio de 2020 em Portugal. A amostra foi composta por 150 participantes que responderam aos questionários *on-line* relativos ao contexto pessoal relacionado à COVID-19, à relação geral com animais de estimação, à percepção das vantagens/desvantagens de ter um animal durante o estado de emergência relacionado com a pandemia por COVID-19, além de um questionário sociodemográfico. O perfil da população participante era predominantemente feminino (76%), com idade de 40 a 81 anos. O estudo concluiu, a partir de correlações significativas entre os marcadores Escala de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS) e *Lexington Attachment to Pets Scale* (LAPS), que níveis mais elevados de vinculação ao animal de estimação estavam associados a níveis mais elevados de saúde mental. Contudo, não se pode comprovar que existem diferenças expressivas, a nível das dimensões de Saúde Mental, entre tutores ou não de animais de estimação, assegura Ramos (2021).

Shoesmith *et al.* (2021) apresentaram o estudo “A Influência das Interações Humano-Animal na Saúde Mental e Física durante a Primeira Fase de *lockdown* da COVID-19 no Reino Unido: Uma Exploração Qualitativa” (tradução nossa), publicada no *International Journal Environmental Research and Public Health*, de fevereiro de 2021. Por meio de um estudo transversal com base em pesquisa qualitativa, com amostra de 5.906 participantes, foi investigado como tutores de pets perceberam a influência da interação humano-animal em sua saúde física e mental, durante o período do primeiro

lockdown motivado pela COVID-19 no Reino Unido; e quais preocupações eles tinham em relação aos seus animais neste momento. Dentre os impactos positivos da relação dos animais de companhia durante o período de isolamento social, os autores destacam os seguintes pontos extraídos de depoimentos voluntários dos participantes de sua pesquisa: melhoria do bem-estar e saúde mental; redução da solidão e facilitação do apoio social; Incentivo à atividade física e aumento da valorização dos animais durante o lockdown da COVID-19. Por outro lado, a pesquisa também levantou os aspectos negativos que a convivência com os pets trouxe a seus tutores, a saber: preocupação com a possibilidade de os animais serem vetores do vírus causador da COVID-19; potenciais problemas relacionados à separação dos animais pelo retorno ao trabalho após o lockdown; preocupações gerais com o bem-estar do animal; dificuldades e preocupações financeiras. Vale ainda registrar o luto e perda de um animal durante o lockdown. O estudo concluiu que os animais de companhia serviram de apoio e suporte emocional/físico a seus tutores. Além disso, os pesquisadores levantaram a preocupação dos tutores de animais de companhia com o bem-estar desses animais; essas preocupações exerceram um papel estressante na população estudada.

Diante de todos os dados apresentados, pode-se fazer uma correlação com as observações de Bauman (2020a, 2020b, 2021). O autor afirma que vivemos em uma sociedade pós-moderna, cujas características principais são a efemeridade, a fluidez do espaço e do tempo e, principalmente, os laços sociais frouxos. As pesquisas vêm reafirmar o que Bauman aponta em relação aos traços sociais e humanos encontrados na modernidade líquida.

A pandemia da COVID-19 se expressa como um laboratório ideal para se refletir os fenômenos observados por Bauman (2020b), principalmente o medo – não o medo imaginário existencial, relacionado ao que não controlamos, um poder da natureza, da aceitação de corpos frágeis e finitos, mas o medo real, que encontrou perfeitamente “alvos substitutos sobre os quais possamos descarregar o medo existencial excedente que foi barrado[...], alvos paliativos” (BAUMAN, 2020b, p. 17). Ao mesmo tempo, reflete o sentimento de desconformidade das normas que envolvem as relações do homem na primeira instituição da qual faz parte (família), no Estado e nas relações sociais, constatado por Freud *apud* Bauman (2020b).

O medo de fora – a pandemia –, que se conecta com a angústia que vem de dentro – o medo de contrair a doença –, “provoca a sensação de insegurança em todos aspectos da vida, da perspectiva coletiva à individual, do funcionamento diário da sociedade às modificações nas relações interpessoais” (LIMA *et al.*, 2020; OZILI ; ARUN, 2020 *apud* FARO *et al.*, 2020). Os sentimentos com os impactos da pandemia são análogos aos descritos por Bauman (2020b); para o autor, os laços de confiabilidade, companheirismo e espírito de comunidade não servem mais como borda de segurança, devido à fluidez e à volatilidade características da contemporaneidade. O homem que desconfia de tudo e de todos, inclusive de si mesmo, por exemplo, na capacidade de se defender do vírus, é impulsionado a assumir uma posição defensiva, voltando-se para o Eu subjetivo da ordem psicanalítica, que possui o movimento de busca do prazer e evitamento da dor, reduzindo o tamanho do seu mundo, diminuindo seus laços inter-humanos de interações e fugindo do desprazer da incerteza.

Diante do exposto, é possível explicar a percepção que tutores de animais de estimação têm com relação ao aumento da apreciação dos animais durante o *lockdown* da COVID-19, exemplificado por Shoemith *et al.* (2021, p. 7), em um depoimento: “Meus animais [cães e gatos] sempre foram extremamente importantes para mim; eles são minha família. Durante esse tempo, eles são minha vida”. Não se pode dizer qual o nível de apego desse depoente aos seus cães e gatos; contudo, não deixa de ser um sinal de alerta de saúde mental, observando a afirmativa de Faro *et al.* (2020) de que o adoecimento mental será uma seqüela da COVID-19, maior que o número de mortes, conforme citado anteriormente.

Em Castel (2003) *apud* Bauman (2020b), observa-se que a sociedade moderna fluida, que substituiu seus densos vínculos sociais em detrimento da sobrevalorização dos indivíduos libertados das normas impostas pela sociedade, colhe os efeitos da vulnerabilidade e fragilidade e não conta com a proteção social e comunitária. Contudo, McNicholas e Collis (2006) *apud* Bowen *et al.* (2020) afirmam que o apoio social abrange benefícios de destaque na saúde e qualidade de vida do homem, “derivados de transações interpessoais e disposições derivadas de relações sociais”. Bowen *et al.* (2020), em sua pesquisa, destacaram que o animal de estimação, durante o confinamento

da pandemia, passou a ocupar o lugar de confidente, substituindo a necessidade de contato tátil.

O medo continua permeando o diálogo de Bauman (2020b, 2021) com a crise da pandemia ao se antepor à possibilidade de o homem encontrar um amor duradouro: o medo do investimento, das cobranças, da possibilidade de não se poder usufruir das “regalias e gozos” da vida na modernidade fluida. O homem da pós-modernidade tem medo de não ser correspondido no seu investimento amoroso e conseqüentemente perder a ilusão desse amor; o medo de ser traído povoa o imaginário desse indivíduo. O amor se coloca em uma posição que não se encaixa na vida fluida da modernidade por requerer que seja consolidado juntamente com o desejo, e o desejo requer tempo para se maturar. Existe o medo de até onde o desejo pode levar o sujeito, pois o desejo tem a margem da imprecisão, e o amor não garante ao homem que ele não se depare com a ansiedade. Porém, esse homem, vivendo a pandemia, busca afeto, carinho e segurança. “É de notar que a troca de afeto e aceitação entre os humanos e os seus animais de estimação é menos complexa do que a troca de necessidades entre outros humanos” (RYNEARSON, 1978 *apud* RAMOS, 2021, p. 23-24). É um relacionamento mais econômico e, durante as pesquisas de Shoemith *et al.* (2021), Ramos (2021), McDonald *et al.* (2021), em depoimentos dos entrevistados, é encontrada a percepção de que existe uma troca de afeto entre ambos, tutores e *pets*.

A saga do medo envolve, inclusive, a escolha de ter ou não ter filhos, em uma relação que não é marcada para ser duradoura. Partindo do pressuposto de que o amor por si não se completa, de que se busca no filho preencher esse espaço em relação à completude, na modernidade líquida, o filho passa a não corresponder com tanta densidade a essa busca por plenitude. Se individuando com maior precocidade e em muitas vezes com padrões de identidades totalmente diferentes das identidades paternas, os filhos passam a não satisfazer os ideais dos pais, não correspondendo ao objeto de consumo emocional. Como objetos de consumo, todos os custos são calculados como custos de manutenção (alimentação, roupas, médicos, escolas, enfim, um investimento de longo prazo). É uma escolha que coloca o homem em uma posição perturbadora, pois é uma decisão que envolve um investimento emocional focado no filho, em detrimento ao seu: o auto sacrifício do arranjo do casal, de planejamento de carreira e da facilidade de desatar laços, o que

provoca a insegurança e o medo do que esperar, desse investimento a longo prazo (BAUMAN, 2021).

Não como uma operação de deslocamento, o animal passa a se tornar presente nos lares, ocupando o lugar de objeto amoroso correspondente, pois estão sempre demonstrando afeto a seus tutores, diferentemente de filhos, que são uma “ponte que está encoberta por neblina” e que ninguém pode dizer com certeza aonde vão levar (BAUMAN, 2021, p. 60). Outro argumento que o homem da modernidade fluida pode se sustentar na escolha de ter *pets* em seu lar em detrimento de filhos é o investimento financeiro muito menor, com período pré-fixado, já que a longevidade de um cão varia entre 6 a 10 anos. Nos achados da pesquisa de Bowen *et al.* (2020), em sua amostra de pesquisados, 55,9% era formada de adultos sem filhos, contra 32% como pais, reforçando a ideia dos *pets* no lugar do objeto amoroso. O depoimento colhido por Shoemith *et al.* (2021, p. 7), apresenta uma mulher colocando seus *pets* como sua família: “Meus animais [cães e gatos] sempre foram extremamente importantes para mim; eles são minha família. Durante esse tempo, eles são minha vida”, isso demonstra que o investimento nos laços familiares na modernidade líquida é interespecíes.

Outro aspecto levantado tanto por Ramos (2021) quanto por Shoemith *et al.* (2021) foi o benefício que os *pets* trazem na dimensão de facilitador dos processos de socialização e fortalecimento de pertencimento comunitário, pois a prática dos passeios com seus animais potencializa a aproximação a pessoas desconhecidas, diálogos e laços amistosos. Esse dado é muito relevante, pois Bauman salienta que os indivíduos na modernidade estão perdendo seu traquejo social em consequência da invasão tecnológica pelas comunicações virtuais.

Vale salientar que as pesquisas também encontraram, além de dados que avalizam o impacto positivo dos *pets* na qualidade de vida de seus tutores durante o *lockdown*, momentos de estresse de seus tutores no que se relacionava às preocupações com seus animais quanto à saúde, ao custo com a sua manutenção e ao próprio estresse dos animais confinados que apresentavam comportamentos anormais.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao final dessa pesquisa, consideramos que ela expõe uma tentativa de entender os posicionamentos do homem pós-moderno e o que motiva a relação homem/animal doméstico na contemporaneidade, especificamente o período de isolamento social ocorrido pela pandemia da COVID-19.

Os pensamentos de Bauman nortearam a compreensão dos atravessamentos intersubjetivos sociais desse homem na modernidade líquida, juntamente com as pesquisas sobre o tema *lockdown* em companhia dos *pets* na literatura europeia e estadunidense. Essas pesquisas estrangeiras se mostraram pertinentes, pois realmente houve um isolamento social dos sujeitos dessas localidades, para se evitar a propagação do vírus, obtendo-se assim resultados fidedignos, diferentemente se a pesquisa fosse realizada no Brasil.

Nesse trabalho, pôde-se constatar que, na percepção da maioria dos tutores de *pets*, houve um apoio desses animais, pois propiciaram uma melhoria na qualidade de vida durante o isolamento social. Além disso, foi observado um impacto na melhora da saúde mental relativo ao estresse do confinamento. Porém, tal impacto na saúde mental de indivíduos já acometidos de doenças mentais severas foi negativo, levando o tutor ao um alto grau de preocupação com a sua saúde e a do animal, bem como preocupações relativas a dificuldades financeiras, que poderiam ser um impedimento em manter o animal.

Um dado relevante encontrado foi o fato de o animal ser percebido por seus tutores como membros da família e facilitadores das relações sociais, o que auxilia na construção e confirmação da hipótese sobre o que propiciou essas percepções. O homem da modernidade líquida, sendo permeado e atravessado pelo medo constantemente, medo da entrega relacional, medo de amar e medo de investir em projetos de longo tempo, utiliza-se dos *pets* como suporte para essa falta de laços humanos sólidos.

Sendo o animal de estimação responsivo e interativo com seus tutores, percebe-se a validação do vínculo transicional Winnicottiano, auxiliando o homem a superar a ansiedade da separação relacional com os seus, mediante a possibilidade de interagir em um espaço intermediário da realidade psíquica, evocando prazeres substitutos para as incertezas da modernidade líquida.

A abordagem metodológica permitiu observar o fenômeno pelo viés da Sociologia atravessada pela subjetividade dos autores. Todavia, sabemos que o trabalho apresenta algumas lacunas que devem ser preenchidas a partir de novos estudos, agregando outras abordagens científicas.

Espera-se que esse trabalho tenha contribuído para que o olhar do profissional de Psicologia seja voltado à utilização dos *pets* em suas intervenções. No entanto, vale ressaltar que os animais de companhia não são a solução para a constante busca do homem de evitar seus medos, mas um suporte, quicá temporário, para essa inabilidade relacional.

## REFERÊNCIAS

ABINPET. Associação Brasileira da Indústria de Produtos para Animais de Estimação. **Informações gerais do setor pet**. 2020. Disponível em: [http://abinpet.org.br/infos\\_gerais/](http://abinpet.org.br/infos_gerais/). Acesso em: 07 out. 2020.

ABREU, Sarah; PASSOS, Antonio Gabriel. O reconhecimento jurídico das famílias multiespécies e a guarda compartilhada dos animais de estimação. **Jusbrasil**, [S. l.], jun. 2020. Disponível em: <https://sarahfabreu.jusbrasil.com.br/artigos/853753700/o-reconhecimento-juridico-das-familias-multiespecies-e-a-guarda-compartilhada-dos-animais-de-estimacao>. Acesso em: 2 ago. 2020.

BAUMAN, Zygmunt. **Modernidade líquida**. Tradução de Plínio Dentzien. Rio de Janeiro: Zahar Editora, 2020a. 278 p.

BAUMAN, Zygmunt. **Tempos líquidos**. Tradução de Carlos Alberto Medeiros. 12. ed. Rio de Janeiro: Zahar Editora, 2020b. 119 p.

BAUMAN, Zygmunt. **Amor líquido**: sobre a fragilidade dos laços. Tradução de Carlos Alberto Medeiros. 27. ed. Rio de Janeiro: Editora Schwarcz S.A., 2021. 191 p.

BOWEN, Jonathan *et al.* The effects of the Spanish COVID-19 lockdown on people, their pets, and the human-animal bond. **Journal of veterinary behavior: clinical applications and research**. Australian Veterinary Behaviour Interest Group, International Working Dog Breeding Association, v. 40, p. 75-91, 2020. Disponível em: <http://doi.org/10.1016/j.jveb.2020>. Acesso em: 10 mar. 2021.

DELARISSA, Fernando Aparecido. **Animais de estimação e objetos transicionais**: uma aproximação psicanalítica sobre a interação criança-animal. 2003. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Faculdade de Ciências e Letras de Assis, Universidade Esta-

dual Paulista, Assis (SP), 2003. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/handle/11449/97655>. Acesso em: 20 out. 2020.

FARO, André *et al.* COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. **Estudos de psicologia**, Campinas, v. 37, jun. 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200074>. Acesso em: 21 abr. 2021.

MCDONALD, Shelby E. *et al.* Attachment to pets moderates transitions in latent patterns of mental health following the onset of the COVID-19 pandemic: results of a survey of u.s. adults. **Animals**, v. 11, n. 3, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/ani11030895>. Acesso em: 24 abr. 2021.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. **WHO coronavirus (COVID-19) dashboard**. Disponível em: <https://covid19.who.int/>. Acesso em: 05 maio 2021.

RAMOS, Ana Margarida. **Animais de estimação & Saúde Mental de adultos e idosos em tempo de Covid-19**. 2021. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde) – Instituto Superior da Maia, Maia, Portugal, 2021.

Disponível em: <http://hdl.handle.net/10400.24/1442>. Acesso em: 20 abr. 2021.

ROVER, Ardinete; MELLO, Regina Oneda. **Normas da ABNT: orientações para a produção científica**. Joaçaba, SC: Editora Unoesc, 2020. 222 p. Disponível em: [google.classroom.com/u/0/c/MjUzODI1ODQ1ODU0/m/MjgwNjQ2NzE3ODc0/details](https://google.classroom.com/u/0/c/MjUzODI1ODQ1ODU0/m/MjgwNjQ2NzE3ODc0/details). Acesso em: 20 abr. 2021.

SHOESMITH, Emily *et al.* The influence of human-animal interactions on mental and physical health during the first COVID-19 lockdown phase in the u.k.: a qualitative exploration. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 18, n. 3. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/ijerph18030976>. Acesso em: 21 abr. 2021.

# EFICÁCIA DA TERAPIA COGNITIVO- COMPORTAMENTAL NO TRANSTORNO DO LUTO COMPLEXO PERSISTENTE: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

EFFICACY OF COGNITIVE-BEHAVIORAL  
THERAPY IN PERSISTENT COMPLEX GRIEF  
DISORDER: AN INTEGRATIVE REVIEW

EDUARDO CUNHA GOMES<sup>1</sup>  
LAFAIETE GUIMARÃES MOREIRA<sup>2</sup>

## RESUMO

---

O luto de um ente querido, quando agravado, pode causar sérias perturbações na vida de uma pessoa, provocando prejuízos no comportamento diário, evoluindo para o transtorno do luto complexo persistente, e no caso de morte repentina e/ou trágica, este transtorno pode se agravar ainda mais. Esta revisão integrativa tem por objetivo verificar se a terapia cognitivo-comportamental apresenta eficácia no tratamento deste transtorno. Os artigos encontrados nas buscas foram analisados quanto ao método de seleção dos participantes, à conduta de intervenção, à descrição do resultado alcançado e suas limitações em cada intervenção. A terapia cognitivo-comportamental foi utilizada em diferentes modelos

- 
- 1 Graduando em Psicologia pela Fundação Mineira de Educação e Cultura (FUMEC) – Belo Horizonte/MG.
  - 2 Professor de Psicologia da Fundação Mineira de Educação e Cultura (FUMEC) – Belo Horizonte/MG.

de intervenção, e essa diversidade conduziu esta revisão integrativa se firmar na impossibilidade de reunir e sintetizar os resultados. Porém, considerando os resultados individualmente por artigo, eles apresentaram indícios de sua eficácia na melhora e prevenção do transtorno em questão, havendo algumas limitações que podem ter interferido nos resultados.

**Palavras-chave:** terapia cognitivo-comportamental; transtorno do luto complexo persistente; luto traumático; luto parental.

**ABSTRACT:** *The grief of a loved one, when aggravated, can cause serious disturbances in a person's life. It can cause impairment in daily behavior, evolving into prolonged grief disorder. In the case of sudden and/or tragic death, the disorder may deteriorate. This integrative review aims to verify whether cognitive-behavioral therapy is effective in the treatment of this disorder. The articles found in the searches were analyzed regarding their respective method of selection of the participants, intervention conduct, description of the result and its limitations in each intervention. The cognitive-behavioral therapy was used in different intervention models, and this diversity led this integrative review to establish itself in the impossibility of gathering and synthesizing the results. However, considering the results individually by article, they indicated evidence of the effectiveness of therapy in improving and preventing the disorder in question, with some limitations were presented that may have interfered with the results.*

**Keywords:** *cognitive-behavioral therapy; prolonged grief disorder; traumatic grief; bereavement grief.*

## 1 INTRODUÇÃO

“A perda de alguém é um evento estressor, muitas vezes traumático, dependendo das condições em que se dá a morte,” no entendimento de Rodrigues *et al.* (2018, p. 22). Estes autores acrescentam que conviver com este evento requer estratégias para vencer esta fase, e evitar que a situação se agrave e altere para um quadro patológico. O luto é um sentimento confuso que encerra vários elementos. É sentido de maneira diferente dentro da cultura de cada povo ou sociedade, mas que, no mundo ocidental, traduz-se por um sentimento de pesar e de dor que, e na visão de Coelho Filho e Lima (2017), é composto por várias dimensões biológicas, psicológicas e sociais que se misturam na vida da pessoa, provocando um vivenciar particular, e estes

aspectos precisam ser assimilados adequadamente em um certo tempo sem causar traumas emocionais e mentais. Kübler-Ross e Kessler (2005), no livro publicado após a morte da autora Kübler-Ross, também afirmam que a dor é totalmente individual assim como a vida de cada um. Os autores apresentam os cinco estágios como resposta à perda (negação, raiva, barganha, depressão e aceitação), mas lembrando que fazem parte de um momento que se refere a toda convivência com a pessoa que se foi, constituindo uma compreensão do momento que ajuda a lidar com a vida e a perda, sendo que nem todo mundo passa por eles e na mesma ordem.

O luto parental, morte de um parente querido, pode gerar um ritual, que sob a visão de Rodrigues *et al.* (2018), provoca quebra no elo familiar com o falecido, podendo gerar grande dor e angústia no enlutado, que devem ser examinadas atentamente para individualizar os tratamentos. Quando a morte ocorre por razões inesperadas, repentinas, sem explicações, provoca reações diversas, particularmente se os enlutados forem crianças e adolescentes, e a estes sintomas incluem depressão maior, transtorno de estresse pós-traumático e que, como afirmou Bryant *et al.* (2014), este transtorno clama pela presença do falecido mesclada com forte dor emocional, sensação de falta, raiva pela morte e desânimo de investir em novas atividades. Segundo Coelho Filho e Lima (2017), a vivência do sofrimento é individual e com interferência do meio, sendo que, em algumas pessoas, pode haver uma maior angústia psíquica e, nesses casos, pode requerer a ajuda de um profissional de saúde que possibilite ao enlutado a ressignificar a sua visão de mundo. Este sofrimento se agrava, no entender de Linde *et al.* (2017), no caso da morte da pessoa querida ter ocorrido por suicídio, pois outros sintomas aparecem, tais como o sentimento de culpa, vergonha, responsabilidade, rejeição e a estigmatização, é um risco aumentado de comportamento suicida. Nos lutos em que as pessoas possuem íntima relação com o falecido, como filhos, cônjuges e pais, os enlutados experimentaram quase o dobro do nível de transtorno do luto prolongado do que aqueles que são parentes mais afastados, de acordo com Linde *et al.* (2017).

O transtorno do luto prolongado está sendo proposto como parte da categoria de transtornos relacionados ao estresse na Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde - 11 (CID-11), e

que, no Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais – 5 (DSM-5), consta como transtorno do luto complexo persistente, segundo afirma Rosner *et al.* (2014), o que é correto, pois é mencionado, na Seção III - Instrumentos de Avaliação e Modelos Emergentes, no item Condições para Estudos Posteriores, do DSM-5 como Transtorno do Luto Complexo Persistente (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014, p. 789), nomenclatura esta que será usada nesta revisão. O transtorno do luto complexo persistente (TLCP) provoca dor, sofrimento intenso e muita tristeza, que atinge às pessoas de maneiras diferentes, e, para ser diagnosticado como TLCP, precisam persistir após a morte da pessoa querida por pelo menos 6 meses para crianças e 12 meses para adultos. Pessoas com TLCP têm maior probabilidade de apresentar prejuízos de longo prazo, sejam eles de natureza psicológica, física e/ou sociais, uma vez que faz parte dos sintomas do transtorno o desejo de morte, perturbação nos pensamentos sobre a pessoa perdida, sensação de falta de propósito sobre o futuro, dificuldades em aceitar a perda, falta de confiança nas pessoas e isolamento social (DSM-5, 2014). Segundo ainda o DSM-5 (2014), o TLCP não se confunde com a depressão, pois provoca preocupação com a saudade pelo falecido, característica não observada na depressão. Para ser considerado TLCP, o luto deve comprometer o funcionamento do indivíduo de forma significativa, além de permanecer por mais tempo do que o considerado normal para um indivíduo, considerando sua cultura, religião e idade.

A terapia cognitivo-comportamental (TCC), segundo Beck (2013), é uma alternativa para tratar estes sofrimentos, pois é um tratamento baseado nas mudanças das crenças e no conjunto de processos mentais que estruturam o conhecimento do indivíduo, a sua forma de perceber o mundo. Rodrigues *et al.* (2018) acreditam que a TCC pode contribuir no tratamento de enlutados, tanto pelas vantagens de ser uma terapia que se processa de forma rápida e de custos mais baixos, quando pelo uso de técnicas psicoterapêuticas próprias, uma vez que essas técnicas modificam as crenças disfuncionais e diminuem a dor da perda. No entender desses autores, há pesquisas, tanto a nível internacional, como nacional, que discutem a aplicação da TCC nos casos onde há ocorrência de luto, porém a coletânea dessas pesquisas ainda não é extensa.

Tendo em vista a crescente aplicabilidade e fortalecimento dos estudos com a TCC nas diversas áreas do comportamento humano, este trabalho teve o objetivo de efetuar uma revisão integrativa da literatura sobre a aplicabilidade da terapia cognitivo-comportamental frente às ocorrências de casos que se enquadram no luto parental quando há incidência do TLCP. O cerne desta revisão foi verificar o emprego desta terapia no presente tema, e para isto o objetivo central foi avaliar a eficácia da TCC nos casos em que ocorreram TLCP.

## 2 METODOLOGIA

A revisão integrativa da literatura, de acordo com Mendes, Silveira e Galvão (2008, p. 759), é um método de pesquisa “utilizado na Prática Baseada em Evidências, que permite a incorporação das evidências na prática clínica.” Roman e Friedlander (1998, p. 109) complementam que ela tem a “finalidade de reunir e sintetizar resultados de pesquisas sobre um delimitado tema ou questão, de maneira sistemática e ordenada, contribuindo para o aprofundamento do conhecimento do tema investigado.” Desta forma, esta revisão apresenta as principais ideias e as mais atuais sobre o tema e estabelece uma relação entre eles para melhor compreensão do assunto na atualidade.

A seleção dos artigos foi através da plataforma *Pubmed* nos últimos 10 anos, e esta plataforma foi escolhida por ser a maior base de dados na área da saúde. Os artigos foram pesquisados em inglês, pois a pesquisa também visa saber o conhecimento que passa no mundo sobre o tema. Em outubro de 2020, foram encontrados cinquenta artigos utilizando os descritores Grief e TCC. Posteriormente, os artigos foram filtrados pelos respectivos resumos.

Critérios de inclusão: os artigos deveriam abordar o manejo da TCC nos lutos abrangidos pelo TLCP. Em função de se desejar maior amplitude na revisão, não foram impostas restrições quanto à idade dos participantes ou sua relação com o falecido, podendo então, referirem à criança, adolescente ou adulto. Também não houve delimitação nos tipos de intervenções. Dos cinquenta artigos encontrados, somente onze satisfizeram os critérios de inclusão.

Crítérios de exclusão: artigos que não permitiram acesso gratuito ao texto completo on-line, artigos que não apresentavam o resultado da pesquisa. Dos onze artigos, cinco foram excluídos.

### 3 RESULTADOS

Considerando a busca efetuada e a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, seis artigos foram identificados como elegíveis para a revisão. Os artigos selecionados foram analisados por ordem de data de publicação, sendo analisados os principais fatores de cada um, e resumidos no quadro expositivo a seguir, onde são destacados o objetivo, os participantes do estudo, a intervenção efetuada, os resultados obtidos e as limitações mencionadas pelos autores.

**Quadro Expositivo** - Artigos selecionados com seus principais fatores.

<b>Autoria</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Participantes</b>	<b>Intervenção</b>	<b>Resultado</b>	<b>Limitações</b>
1) De Groot <i>et al.</i> (2010)	Avaliar o subgrupo com TLCP que mais se beneficia com a TCC do luto baseada na família vítimas de suicídio.	112 parentes enlutados por suicídio retirados da população em geral. Foram divididos em dois grupos: 27 ideadores suicidas e 95 não ideadores.	4 sessões de terapia familiar de 2 horas realizada em casa, de 3 a 6 meses após o suicídio.	TCC do luto baseada na família foi eficaz na prevenção do TLCP para os participantes com ideação suicida.	Resultados derivam de análises posteriores dos subgrupos. Subgrupo de ideadores suicidas emra relativamente pequeno. 3- Não está claro se a prevalência de ideação suicida do ensaio corresponde à existente na população em geral.

<b>Autoria</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Participantes</b>	<b>Intervenção</b>	<b>Resultado</b>	<b>Limitações</b>
2) Rosner <i>et al.</i> (2014)	Avaliar a eficácia da TCC integrativa para o TLCP.	Recrutados no meio do povo aleatoriamente e que apresentavam um diagnóstico clínico de TLCP, relativa à morte ocorrida mais de seis meses. Homens e mulheres, entre 20 a 78 anos. 51 participantes, sendo 24 no grupo tratamento e 27 na lista de espera.	Vinte sessões individuais.	TCC foi tão eficaz como outros tratamentos do transtorno alvo.	1- Tempo de tratamento foi quase o dobro em relação ao grupo de espera. 2- A avaliação pós-tratamento não foi cega.
3) Bryant <i>et al.</i> (2014)	Determinar a eficácia da TCC com terapia de exposição e a TCC sozinha para TLCP.	80 pacientes enlutados por motivo da perda, que procuraram tratamento. Idade entre 17 e 70 anos. Formaram 2 grupos.	Dez sessões semanais de 2 horas em grupo e 4 sessões semanais de uma hora.	Acessar as memórias emocionais parece alcançar resultados mais eficazes.	1- Nem todos os pacientes foram medicados gratuitamente. 2- Foram incluídos pacientes com variedade de tipos de morte, e a exposição pode ser diferente para cada tipo.
4) Litz <i>et al.</i> (2014)	Verificar a eficácia, viabilidade, aceitabilidade e tolerabilidade da TCC baseada na internet para prevenção do TLCP.	67 cuidadores enlutados de pacientes falecidos recentemente. de um hospital de câncer, com idade mínima de 21 anos. Dois grupos: tratamento e lista de espera.	Projetada para fornecer uma psicoeducação sobre perda, e orientar o uso de estratégias em 18 sessões.	Sugere que o HEAL é uma abordagem promissora na prevenção indicada.	1- Homogeneidade de indivíduos. 2- Avaliação clínica cega e independente pode ter reduzido os vieses de autorrelato e ter inflado as estimativas do tamanho do efeito do tratamento. 3- Os participantes precisaram de mais tempo para concluir o HEAL do que o esperado.

<b>Autoria</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Participantes</b>	<b>Intervenção</b>	<b>Resultado</b>	<b>Limitações</b>
5) O'Donnell <i>et al.</i> (2014)	Checar a viabilidade de protocolo TCC de grupo com foco no trauma em crianças com TCLP e com sintoma pós-traumático.	64 crianças de 7 a 13 anos órfãs da Tanzânia, e seus respectivos tutores.	Doze sessões semanais de 1 hora, em grupos de oito crianças, seguindo o modelo de TCC para traumas em escolas.	Os achados oferecem fortes evidências para a viabilidade da adaptação de grupo focada no trauma e evidências positivas para a criança.	1- O estudo não foi controlado. 2- potenciais mediadores e moderadores dos resultados do tratamento não foram examinados neste estudo de viabilidade. 3- A natureza da morte dos pais não foi incluída.
6) Rosner <i>et al.</i> (2015)	Avaliar a eficácia da TCC integrativa para TLCP com um acompanhamento de longo prazo.	Recrutados no meio do povo aleatoriamente.  Homens e mulheres acima de 18 anos.  51 pessoas randomizadas em dois grupos: 24 para o tratamento e 27 para lista de espera.	20 sessões individuais semanais. Educação sobre processos normais e prolongados de luto; exposição aos fatos dolorosos da perda; reestruturação cognitiva; transformação da perda para a mudança.	A TCC para TLCP provou ser eficaz a longo prazo, e comparando a outros RCTs, esta é a maior amostra acompanhada por tanto tempo.	1- O estudo não foi controlado. 2- Avaliação não foi cega. 3- Dificuldade de generalização devido o fato do tratamento ser realizados por dois terapeutas e o fato de 86% serem mulheres.

De Groot *et al.* (2010) (ver Quadro Expositivo) estudaram parentes de primeiro grau e cônjuges da população geral da parte norte da Holanda enlutados por suicídio com tempo de luto inferior a 8 semanas. As famílias foram incluídas se pelo menos um parente desse o consentimento. O ensaio foi randomizado para 112 parentes, pois, segundo estes mesmos autores, o suicídio pode provocar crenças não adaptativas nos sobreviventes ou manifestações e comportamentos incorretos nas resistências de luto. Os parentes eram de primeiro grau e cônjuges. A terapia do luto predominou no sistema

familiar e não no individual, sem levar em consideração o número de parentes do falecido que participaram da intervenção. De acordo com De Groot *et al.* (2010, p. 427), a finalidade da terapia do luto perfaz “(1) oferecer um quadro de referência para as reações de luto após o suicídio; (2) processamento emocional envolvente; (3) melhorar a comunicação familiar eficaz; (4) melhorar as habilidades de resolução de problemas; e (5) consolidar recursos de apoio.” De Groot *et al.* (2010, p. 434) afirmaram que a “intervenção que desenvolvemos pode ser particularmente útil para indivíduos enlutados com ideação suicida, que não têm parentes em quem confiar e que não estão inclinados a procurar ajuda.”

No ensaio elaborado por Rosner *et al.* (2014) (ver Quadro Expositivo), a amostra foi relacionada com o tipo de parentesco entre o paciente e o falecido, separando morte natural e não natural. A lista estratificada de randomização foi elaborada eletronicamente. A intervenção foi individual para todos os pacientes e dividida em três partes: a primeira utilizada para estabilizar e motivar o paciente (sete sessões); a segunda, ensina o relaxamento e enfoca o confronto e reinterpretação das cognições em relação aos pacientes e ao parente falecido (nove sessões); e a terceira frisa a situação futura e uma relação tranquila com o falecido (quatro sessões). Os resultados do ensaio sugeriram que a utilização do tratamento para TLCP foi altamente eficaz para a redução da profundidade do luto, se comparados com o tamanho do efeito após o tratamento. Seus resultados foram muito parecidos com outros protocolos de tratamento com bons resultados para TLCP, e suas afirmativas basearam-se na comparação do tamanho do efeito antes e após o tratamento do TLCP, além da significância estatística.

No terceiro estudo selecionado (ver Quadro Expositivo), Bryant *et al.* (2014), selecionaram participantes enlutados em decorrência da morte dos pais, parceiros, crianças ou outros, que incluíam a morte causada por doença súbita, doença crônica, acidente ou suicídio. O ensaio apresentou a descoberta de que a TCC/exposição teve um benefício superior nas avaliações do que a TCC sozinha, dando sustentação de que a exposição possibilitou o paciente modificar suas avaliações negativas sobre a perda, conforme sustentou Bryant *et al.* (2014, p. 1337, tradução nossa), que “os pacientes que receberam terapia de exposição aproveitaram melhor o desempenho psicológico e social do que aqueles que receberam TCC sozinha.”

Bryant *et al.* (2014, p. 1338, tradução nossa) concluíram dizendo que:

A lição mais valiosa deste estudo, ganhos ótimos com pacientes com TLCP são alcançados quando as emoções associadas às memórias da morte e as sequelas da perda são totalmente acessadas. [...] Embora focar em avaliações e desenvolver direções futuras aparentemente tenha sido benéfico, direcionar os pacientes para acessar suas memórias emocionais parece alcançar os resultados mais eficazes. Apesar da angústia provocada pelo envolvimento com as memórias da morte, essa estratégia não leva a respostas aversivas.

No quarto estudo desta revisão (ver Quadro Expositivo) foi um ensaio realizado por Litz *et al.* (2014), uma intervenção via internet de prevenção chamada Experiências Saudáveis Após a Perda (Healthy Experiences After Loss - HEAL). Estas experiências empregaram estratégias de autogerenciamento cognitivas e comportamentais com objetivo de melhorar os principais sintomas de TLCP, a saber, desligamento psicológico, comportamental e social do presente em favor do anseio pelo falecido e foco no passado. Enfatizaram o “reengajamento em atividades de autocuidado e bem-estar por meio de automonitoramento e agendamento de atividades, restabelecimento de vínculos com outras pessoas após a perda e estabelecimento e realização de metas pessoais.” (LITZ *et al.*, 2014, p. 8).

Este ensaio ficou muito preso ao termo HEAL e pouco se falou da TCC, mas, no entanto, a TCC foi a ferramenta utilizada no processo.

Wittouck *et al.* (2011 *apud* LITZ *et al.*, 2014) evidenciaram que tratamentos para a prevenção de TLCP não produziram resultados positivos, porém Litz *et al.* (2014) concluíram de forma diversa, afirmando:

Em suma, nosso estudo avança a pesquisa sobre a sintomatologia do luto complexo persistente de várias maneiras importantes. Em primeiro lugar, em contraste com o desencorajamento dos resultados da prevenção seletiva (WITTOUCK *et al.*, 2011), este ensaio sugere que o TLCP pode ser evitado em uma estrutura de prevenção indicada. Em segundo lugar, as investigações anteriores de intervenções baseadas na Internet para o luto basearam-se em exposição e exercícios escri-

tos baseados em reavaliação cognitiva. Nosso estudo é único em seu foco no autocuidado, reengajamento social e atividades com foco em objetivos. (LITZ *et al.*, 2014, p. 17, tradução nossa)

O quinto artigo a ser analisado (ver Quadro Expositivo) apresentou o resultado do tratamento do TLCP e sintomas de estresse pós-traumático em crianças órfãs na Tanzânia utilizando a TCC com foco no trauma. (O'DONNELL *et al.*, 2014)

O ensaio de TCC com foco no trauma para crianças órfãs com sintomas relacionados ao luto e transtorno de estresse pós-traumático pelo menos 6 meses após a morte dos pais envolveu a adaptação deste modelo de TCC para o luto traumático na infância para uso com um grupo, que incluiu sessões individuais para o desenvolvimento da narrativa do trauma e a integração de exemplos locais e analogias.

Os objetivos primários foram melhorar o comportamento dos indicadores de luto infantil e transtorno de estresse pós-traumático, sendo os objetivos secundários a avaliação do processo do quadro de mudança da depressão infantil e o bem-estar geral no conjunto de atitudes e reações do indivíduo em face do meio social. Objetivos terciários foram para confirmar a possibilidade que os conselheiros leigos pudessem aprender e aplicar a intervenção e se a verificação se a criança e tutor compreenderiam se a intervenção seria aceitável.

Quanto à execução do protocolo, afirmaram O'Donnell *et al.* (2014, p. 667, tradução nossa):

A fidelidade do protocolo foi monitorada de perto. Os conselheiros preencheram relatórios semanais de fidelidade ao protocolo para cada grupo usando modelos de relatório desenvolvidos para este estudo; eles também anotações gravadas sobre cada criança e tutor. Os investigadores dos EUA revisaram os relatórios e os discutiram em detalhes durante as chamadas de supervisão semanais.

Os resultados do trabalho indicaram que as crianças com os sintomas mais intensos apresentaram evolução positiva dos sintomas, sendo tal resultado devido às medidas de regressão ou atenuação dos sintomas pelo longo tempo de tratamento. Os autores ainda suspeitaram que as crianças mais sintomáticas podem ter sido as que mais aproveitaram este protocolo focado no luto.

O sexto artigo a ser analisado (ver Quadro Expositivo) foi um estudo desenvolvido por Rosner *et al.* (2015), para o qual foram revisados estudos anteriores que obtiveram sucesso, a fim de utilizar o manuseio do TCC em tratamento mais promissores. Foram identificadas várias estratégias de tratamento, segundo Rosner *et al.* (2011 *apud* ROSNER *et al.*, 2015, p. 107, tradução nossa), que foram as seguintes:

- (1) Educação sobre os processos normais e prolongados de luto, (2) exposição aos aspectos mais dolorosos da perda, juntamente com a reestruturação cognitiva, e (3) transformação da perda para permitir a mudança. Elementos da Gestalt terapia, terapia familiar sistêmica e psicodrama foram incluídos; portanto, essa terapia deve ser vista como uma terapia cognitivo-comportamental integrativa que visa o TLCPC.

Nas suas conclusões, os autores afirmaram:

Nossos resultados refletem a realidade clínica, considerando que os pacientes eram, em média, dez anos mais velhos do que, por exemplo, aqueles que participavam de ensaios com intervenções baseadas na Internet por exemplo, (KERSTING *et al.*, 2013; WAGNER *et al.*, 2006). Por outro lado, outros estudos alcançaram resultados comparáveis com menos intervenção e pacientes mais semelhantes por exemplo, (BOELEN *et al.*, 2007; PAPA *et al.*, 2013 ), mas aqui os acompanhamentos duram seis meses no máximo. (ROSNER *et al.*, 2015, p. 112, tradução nossa)

## 4 DISCUSSÃO

O objetivo desta revisão integrativa foi avaliar a eficácia da TCC nos lutos de parentes abrangidos pelo TLCP. Os artigos constituem um mosaico onde cada um apresenta um aspecto de emprego da TCC neste transtorno, mostrando a sua aplicabilidade e sua diversidade operacional.

A respeito dos objetivos, nos artigos em análise, todos estão voltados para a eficácia da TCC em várias situações em que ocorre o TLCP, o que é um requisito deste trabalho acadêmico, porém as razões das mortes diferem entre si: um artigo aborda somente as mortes por suicídio, três artigos não especificam o motivo da perda, outro se dedica às perdas por câncer, e outro cita quatro causas para as mortes.

Quanto aos participantes enlutados, a forma de recrutamento, parentesco, idade e sexo, houve uma diversidade muito grande entre os ensaios, pois quatro ensaios acolheram os voluntários que interessaram na pesquisa, e um ensaio acolheu somente crianças de 7 a 13 anos, e outro recrutou os cuidadores de uma clínica de câncer. Em todos os artigos estudados, exceto um, dividiram os participantes em dois grupos, o grupo tratamento e o um grupo de espera. Somente dois ensaios utilizaram os mesmos participantes, sendo idênticos na idade, sexo e divisão em dois grupos, que foram pesquisados por Rosner *et al.* (2014, 2015). A randomização esteve presente na maioria dos estudos analisados, com exceção de um que não foi feita, pois foram analisadas crianças de um orfanado. Mas o que deve ser notado, que estes artigos, de uma forma geral, abrangeram vários tipos de pessoas enlutadas, crianças, adultos e idosos, homens e mulheres, e parentescos diversos com o falecido, compondo um leque de formas de aplicação da TCC, apresentaram uma abrangência interessante de situações de análise.

As intervenções da TCC foram de acordo com o objetivo de cada um dos ensaios, e não houve um protocolo semelhante ao outro, considerando o número de sessões, o tempo de cada sessão, a duração da intervenção, tipo de intervenção (individual e/ou grupo). Quanto ao *design* da TCC, somente três utilizaram a terapia individual e em grupo na intervenção, os demais traba-

lharam somente com terapias individuais. Quanto aos resultados, todos os ensaios apresentaram individualmente uma pequena evidência de eficácia da TCC no cumprimento dos objetivos, não sendo possível comprovar este fato por qualquer um dos demais ensaios em questão, pois o fato é que nenhum ensaio replicou o protocolo de outro, nem mesmo Rosner *et al.* (2014, 2015).

Apesar de todas as diferenças entre os artigos, pode se notar que dois ensaios evidenciaram que os enlutados com sintomas mais intensos de TLCP (DE GROOT *et al.*, 2010; O'DONNELL *et al.*, 2014) foram os que mais apresentaram uma evolução mais profícua com o tratamento.

Todos os ensaios apresentaram algum tipo limitação, seja na escolha dos participantes, seja no cegamento de uma avaliação, seja por não ter sido controlado, seja no tempo de acompanhamento, seja a forma de intervenção. É bem verdade que a isenção de limitações deve ser perseguida, porém elas podem ou não interferirem no resultado do ensaio, mas levantam certa incerteza. Em alguns casos podem até mesmo minimizar o resultado, como, por exemplo, avaliação clínica cega e independente dos principais resultados pode ter reduzido o tamanho do efeito do tratamento. O curto tempo de um tratamento pode ser considerado uma limitação, porém, mesmo curto, foi verificado uma melhora no paciente com TLCP, e que este fator tempo pode ser dilatado em outra pesquisa.

Os resultados dos ensaios mostraram que em todos eles houve algum tipo de resultado positivo na intervenção, destacando que o tratamento com a TCC foi eficiente para TLCP, em termos de redução da profundidade do luto; outra vantagem foram os ótimos resultados quando as emoções ligadas à memória do falecido foram totalmente acessadas, sem conduzir o paciente às respostas aversivas. Um dos trabalhos analisados apresentou uma possibilidade de prevenção para reduzir o sofrimento do enlutado, desde que utilizando uma adequada estrutura de abordagem; outro apresentou a possibilidade de recuperação duradoura de TLCP, assim como todos os outros ensaios analisados. Desta forma, pode-se creditar na TCC um valor, como uma ferramenta para se chegar a determinados fins de prevenção e melhora do TLCP, uma modalidade a mais de emprego da TCC.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Há duas considerações finais a serem feitas. A primeira, por se tratar de uma revisão integrativa, e tendo em vista a heterogeneidade dos ensaios analisados, com uma literatura diversificada, notou-se a impossibilidade de reunir e sintetizar os resultados dos ensaios sobre o tema em questão contido no objetivo central dessa revisão. Não há pontos comuns, um ensaio não replica o outro e nem o reforça, há uma dessemelhança em todos os pontos analisados, exceto dois ensaios que evidenciaram que os enlutados com sintomas mais intensos de TLCP foram os que apresentaram uma evolução mais profícua com o tratamento.

A segunda consideração final, é que, na diversidade, a presente revisão integrativa verificou algumas evidências preliminares individuais por artigo a favor da eficácia da TCC no que diz respeito da intervenção no TLCP, como possibilidades de sucesso no tratamento e prevenção deste transtorno. Estes resultados devem ser interpretados com precaução em virtude das limitações naturais.

Esta revisão sugere que mais pesquisas sejam realizadas para levantamento de informações na estruturação e moldagem dos tratamentos em grupo ou individuais da TCC, no intuito de beneficiar os pacientes a reduzir seu sofrimento frente ao TLCP. Novos estudos sobre os achados nestes ensaios poderão proporcionar a identificação de estratégias de TCC que constituirão em melhores intervenções no TLCP.

## REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais: DSM-5**. 5. ed. Tradução: Maria Inês Corrêa Nascimento *et al.* Porto Alegre: Artmed, 2014. *E-book*.

BECK, Judith S. **Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática**. Tradução de Sandra Mallmann da Rosa. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2013.

BRYANT, Richard A. *et al.* Treating Prolonged Grief Disorder . **JAMA Psychiatry**, v . 71, n. 12, p.1332-1339, 2014 . Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25338187/>. Acesso em: 17 out. 2020.

COELHO FILHO, João Ferreira; LIMA, Deyseane Maria de Araújo. Luto parental e construção identitária: compreendendo o processo após a perda do filho. **Psicologia Argumentos**, v . 35, n. 88, p. 16-32, jan./abr., 2017 . Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-973021>. Acesso em: 18 out. 2020.

DE GROOT, Marieke *et al.* The effectiveness of family-based cognitive- behavior grief therapy to prevent complicated grief in relatives of suicide victims: the mediating role of suicide ideation. **Suicide Life Threat Behav**, v . 40, n. 5, p. 425-437, out. 2010 . Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21034206/>. Acesso em: 18 out. 2020.

KÜBLER-ROSS, Elisabeth; KESSLER, David. **On grief and grieving**: finding the meaning of grief through the five stages of loss . New York: Scribner, 2005. Disponível em: [https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=0TltiT8Y9CYC&oi=fnd&pg=PR11&dq=elisabeth+k%C3%BCbler+ross+grief&ots=S1b1\\_HN41V&sig=CGYh3b3HQKcaM-ZCc0t2yiBmkvE#v=onepage&q=elisabeth%20k%C3%BCbler%20ross%20grief&f=false](https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=0TltiT8Y9CYC&oi=fnd&pg=PR11&dq=elisabeth+k%C3%BCbler+ross+grief&ots=S1b1_HN41V&sig=CGYh3b3HQKcaM-ZCc0t2yiBmkvE#v=onepage&q=elisabeth%20k%C3%BCbler%20ross%20grief&f=false). Acesso em: 8 abr. 2021.

LINDE , Katia *et al.* Grief interventions for people bereaved by suicide: A systematic review. **PLoS One**, v . 12, n. 6, jun. 2017. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28644859/>. Acesso em: 17 out. 2020.

LITZ , Brett T. *et al.* A randomized controlled trial of an internet-based therapist-assisted indicated preventive intervention for prolonged grief disorder. **Behaviour Res Ther** , n. 61, p. 23-34, out. 2014 . Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25113524/>. Acesso em: 18 out. 2020.

MENDES, Karina Dal Sasso; SILVEIRA, Renata Cristina de Campos Pereira; GALVAO, Cristina Maria. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto contexto - enferm.**, Florianópolis, v. 17, n. 4, p. 758-764, dez. 2008. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-07072008000400018&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-07072008000400018&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 8 fev. 2021.

O'DONNELL, Karen; DORSEY, Shannon; Gong; Wenfeng; OSTERMANN, Jan; WHETTEN, Rachel; COHEN, Judith A.; ITEMBA, Dafrosa; MANONGI, Rachel; WHETTEN, Kathryn. Treading maladaptive grief and posttraumatic stress symptoms in orphaned children in tanzania: group-based trauma-focused Cognitive-behavioral therapy. **Journal of Trauma Stress** , n. 27, p. 664-71, dez. 2014. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25418514/>. Acesso em: 18 out. 2020.

RODRIGUES , Isacar dos Santos *et al.* Contribuições da terapia cognitivo-comportamental para a compreensão do luto. **Rev Ciência em Saúde**, Itajubá, v. 8, n. 4, 2018. Disponível em: [http://186.225.220.186:7474/ojs/index.php/rcsfmit\\_zero/article/view/832](http://186.225.220.186:7474/ojs/index.php/rcsfmit_zero/article/view/832). Acesso em: 18 out. 2020.

ROMAN, Arlete Regina; FRIEDLANDER, Maria Romana. Revisão integrativa de pesquisa aplicada à enfermagem. **Cogitare Enfermagem**, Curitiba, v. 3, n. 2, 1998. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/44358>. Acesso em: 8 fev. 2021.

ROSNER , Rita *et al.* Efficacy of an outpatient treatment for prolonged grief disorder: a randomized controlled clinical trial. **J. Affect Disord** , n. 167, p. 56-63, 2014. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25082115/>. Acesso em: 17 out. 2020.

ROSNER , Rita *et al.* Efficacy of an integrative CBT for prolonged grief disorder: a long-term follow-up. **Journal of Affective Disorders** , v. 183, n. 1, p. 106-112, set. 2015. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26001670/>. Acesso em: 17 out. 2020.

# ARTETERAPIA E SAÚDE MENTAL: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

ART THERAPY AND MENTAL HEALTH: AN INTEGRATIVE LITERATURE REVIEW

GABRIEL ARAÚJO PINTO SALDANHA<sup>1</sup>  
KAREN ROSÂNGELA SILVA DE SOUZA SAVIOTTI<sup>2</sup>

## RESUMO

---

O objetivo deste artigo foi pesquisar as contribuições da arteterapia para a recuperação de pacientes com transtornos mentais, assim como quais mecanismos psicológicos podem explicá-los. Tal pesquisa foi realizada através de uma revisão integrativa da literatura, para uma compreensão abrangente do fenômeno. Após uma análise, 23 artigos foram incluídos. Um dos benefícios mais citados nos artigos encontrados é como a arte pode funcionar como uma manifestação não-verbal das emoções, possibilitando a exploração de pensamentos inconscientes e traumas, bem como em indivíduos que apresentam alexitimia (dificuldade em descrever emoções). A utilização da arte em pacientes internados em unidades de saúde mental, gera a possibilidade de autoconfiança, realização e orgulho.

**Palavras-chave:** arteterapia; saúde mental; transtornos mentais.

## ABSTRACT

---

*The goal of this article was to identify the contributions of art therapy for the recovery of patients with mental disorder, as well as which psychological mechanisms can explain them. Such research was accomplished through an integrative literature review, for a in-depth*

---

1 Graduando em Psicologia na Universidade FUMEC.

2 Professora Orientadora, Mestre em Ciências pela UNIFESP.

*understanding of the phenomenon. After an analysis, 23 articles were included. One of the most quoted benefits in the articles found is how art can work as a non-verbal manifestation of emotions, enabling the exploration of unconscious thoughts and traumas, as well as individuals with alexithymia (difficulty expressing emotions). The use of art in patients admitted in mental health units creates the possibility of self-confidence, realization and pride.*

**Keywords:** *art therapy; mental health; mental disorders.*

## 1 INTRODUÇÃO

Na história da interseção entre arte e loucura, a arte se configurou tanto como um recurso terapêutico para indivíduos em sofrimento psíquico, quanto como um dispositivo de questionamento das práticas hegemônicas em saúde mental, marcadas pela exclusão social e pela redução do indivíduo a seu diagnóstico (MACHADO, 2016).

Segundo Freitas e Amarante (2018), não é novidade no campo psiquiátrico a disponibilização de meios artísticos aos pacientes, a fim de ocupar seu tempo ocioso e torná-lo s mais dóceis. Mas é a partir de alguns precursores históricos como os psiquiatras Osório César e Nise da Silveira que se inicia no Brasil uma ampliação do olhar sobre a psicopatologia através da arte, com afirmação do direito à diversidade. (MACHADO, 2016). Desde o fim da década de 70, em meio ao movimento que se tornou conhecido como Reforma Psiquiátrica, houve uma grande transformação na rede de cuidados públicos às pessoas com transtornos mentais, com a substituição do modelo manicomial por um modelo de base comunitária e territorial, em que se destacam os Centros de Atenção Psicossocial – CAPS (DE SOUSA *et al.*, 2013).

Dentre as atividades desenvolvidas nos CAPS, estão as oficinas expressivas, que incluem espaços de expressão plástica (pintura, argila, desenho, etc), expressão verbal, musical, corporal, fotografia e teatro. (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2004) Tais atividades, contudo, não se caracterizam como arteterapia. Em 2017, por meio da Portaria nº 849/2017, a arteterapia foi instituída como uma Prática Integrativa e Complementar no Sistema Único de Saúde (SUS). Outras atividades instituídas por esse documento legal foram, por exemplo, a meditação, a ayurveda, a yoga e o reiki. Para Medeiros (2017), a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) repre-

senta um avanço da compreensão do ser humano para além da lógica biomédica hegemônica, pois leva em consideração fatores biopsicossociais e valoriza o conhecimento popular e tradicional sobre as doenças e seu tratamento.

A Portaria nº 849/2017 define arteterapia como uma prática que utiliza a arte como base do processo terapêutico. Dentre suas características, está a ampla gama de técnicas expressivas que podem ser usadas, como pintura, desenhos, música, modelagem, colagem, mímica, etc, de forma individual ou em grupo, a serviço de uma reorganização da percepção do indivíduo sobre si e o mundo. A definição da Associação Americana de Arteterapia chama atenção para a arteterapia enquanto uma certificação profissional específica, que se destina a oferecer tratamento a indivíduos, famílias e comunidades por meio da produção artística ativa e da aplicação de teorias psicológicas dentro de um relacionamento psicoterapêutico. No Brasil, segundo a União Brasileira de Associações de Arteterapia (UBAAT, 2021), os cursos de especialização em arteterapia são ministrados para profissionais de diversas áreas, como psicologia, pedagogia, psiquiatria, enfermagem, etc, com aplicação também em variados contextos além da saúde mental, como centros de reabilitação, programas comunitários, instituições médicas e escolas. O conceito de arteterapia fornecido pela UBAAT ressalta que a arte desenvolvida no processo terapêutico não possui finalidades estéticas, e se diferencia da arte-educação porque seu propósito não reside em ensinar arte, mas promover mudanças psíquicas.

Dado que o reconhecimento da arteterapia como prática do sistema de saúde envolve uma discussão sobre critérios para alocação de recursos públicos, é de interesse social analisar a literatura científica em busca de conhecimento sobre sua eficácia e seu funcionamento. Um argumento contrário à adoção dessa forma de tratamento como política pública poder-se-ia basear em um importante estudo, a maior avaliação randomizada da eficácia da arteterapia para a esquizofrenia disponível na literatura (CRAWFORD *et al.*, 2014). Crawford *et al.* (2012), em um ensaio clínico randomizado cego, pragmático, de três braços com 417 participantes, o estudo MATISSE (Multicentre evaluation of Art Therapy In Schizophrenia: Systematic Evaluation), não encontraram evidências em nível populacional de eficácia da arteterapia em relação ao tratamento padrão em termos de funcionamento global ou sintomas do transtorno mental ao fim de 24 meses. Uma análise secundária

(CRAWFORD *et al.*, 2014) dos dados do estudo MATISSE, visando investigar a eficácia da arteterapia para subgrupos específicos, também obteve como resultado a ausência de evidências de melhoras nos sintomas da esquizofrenia para pacientes com sintomas negativos graves ou com interesse prévio por arteterapia.

Por outro lado, uma ampla revisão sistemática de estudos quantitativos, feita por Reynold, Nabors e Quinlan (2000), encontraram, para diferentes populações, evidências de eficácia da arteterapia. Embora os tipos de estudos incluídos tenham demonstrado efeitos positivos da arteterapia, suas conclusões divergiram: em alguns casos, a arteterapia não foi mais eficaz em comparação com outros tratamentos, em outros casos foi impossível creditar os benefícios observados à arteterapia ou a outras intervenções aplicadas. Duas décadas depois, Regev e Cohen-Yatziv (2018) fizeram uma nova revisão sistemática de estudos quantitativos que concluiu que a arteterapia é potencialmente eficaz em uma série de contextos além da saúde mental, como na psico-oncologia e com a população carcerária.

No entanto, a escolha de políticas públicas baseada em uma abordagem exclusivamente quantitativa que se limita a avaliar melhoras clínicas parece estar na contramão do novo paradigma de atenção à saúde mental trazido pela Reforma Psiquiátrica. Anthony, Rogers e Farkas (2003) tecem uma crítica à corrente epistemológica da prática baseada em evidências, que presume o estudo cego e randomizado como o primeiro na hierarquia de evidências e que os outros tipos de estudo produzem evidências em níveis menos rigorosos e, portanto, menos confiáveis. Entendendo a recuperação em saúde mental como um fenômeno multifatorial, os autores defendem a articulação entre evidências obtidas mediante metodologias distintas e a complementariedade entre diferentes tipos de dados.

Portanto, uma metodologia qualitativa que privilegia a experiência subjetiva do paciente em suas vivências com a arte, além de harmonizar com os valores de liberdade para o usuário e humanização dos cuidados, nos quais se assenta a Reforma Psiquiátrica, pode preencher lacunas deixadas pelas pesquisas experimentais. A integração entre dados quantitativos e qualitativos em uma mesma investigação também pode ser frutífera nesse campo, na medida em que permite a identificação de convergências e divergências entre

os dados e, assim, um embasamento mais firme das respostas à indagação da pesquisa (DOS SANTOS *et al.*, 2017). Com esse entendimento, a presente pesquisa tem o objetivo de realizar uma revisão integrativa de estudos qualitativos e mistos (quantitativos e qualitativos) sobre os efeitos terapêuticos da arteterapia para pessoas com transtornos mentais.

## 2 QUESTÃO CENTRAL

Quais os efeitos terapêuticos da arteterapia para pessoas com transtornos mentais?

## 3 JUSTIFICATIVA

Pesquisar e identificar, através de revisão integrativa, os benefícios terapêuticos da arteterapia para pessoas portadoras de transtornos mentais. Ao possibilitar uma nova forma de comunicação para essas pessoas, é possível identificar processos inconscientes e outrora inacessíveis.

## 4 OBJETIVO GERAL

Revisar a literatura sobre efeitos terapêuticos da arteterapia para a saúde mental.

## 5 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Entender de que forma a arteterapia pode contribuir para a recuperação e promoção da saúde psicológica e social, seja diretamente, seja de maneira indireta como auxílio à psicoterapia;

- Investigar quais mecanismos psicológicos podem explicar os benefícios encontrados.

## 6 REFERENCIAL TEÓRICO

Arteterapia: conceito, percurso histórico e bases teóricas

Para Franco (2020), a dificuldade de se definir a arteterapia provem parcialmente da complexidade em torno do conceito de arte, haja vista a pluralidade de técnicas expressivas capazes de representar os sentimentos humanos. No entanto, há uma diferença essencial entre a arte em geral e a arte da arteterapia: enquanto aquela tem finalidades eminentemente estéticas, esta tem intenções terapêuticas. A implicação disso é que, na arteterapia, elementos da arte como originalidade, beleza e estilo são postos em segundo plano em favor de uma expressão afetiva mais profunda, que auxilie o sujeito a resolver conflitos e alcançar compreensão interna (FRANCO, 2020). Assim, pode-se conceituar a arteterapia simplesmente como uma forma de terapia em que há um “modo de trabalhar utilizando a linguagem artística como base da comunicação cliente-profissional” (DOS REIS, 2014, p. 143).

O caráter plural da arteterapia não se encontra somente na multiplicidade de técnicas expressivas empregadas, se estendendo também à forma de estruturar a terapia: há correntes que defendem que o fazer artístico é por si só fonte de cura; para outras, o diálogo verbal com o terapeuta é imprescindível para tornar conscientes os conteúdos trabalhados (FRANCO, 2020). Possivelmente, essa distinção está relacionada à divisão historicamente presente nos Estados Unidos entre a “artepsicoterapia”, que atrela os recursos artísticos ao processo psicoterapêutico, e a “arte como terapia”, na qual o foco está no processo criativo (SEI, 2009). As práticas no Reino Unido acrescentam ainda mais uma forma, a “arteterapia analítica”, cujo enfoque está na relação transferencial entre cliente e terapeuta (SEI, 2009). Para Franco (2020), esse tipo de diferenciação é apenas de grau. Semelhantemente, Sei (2009) cita que, de forma geral, a arteterapia envolve três elementos: o paciente/cliente, o terapeuta e a obra, sendo que a ênfase em cada aspecto varia conforme o objetivo ou mesmo com o momento de trabalho do arteterapeuta.

Há, ainda, diferentes possibilidades de abordagens teóricas em que o arteterapeuta pode sustentar seu trabalho. As mais conhecidas são a psicanálise e a psicologia analítica, mas também se pode encontrar a linha humanista, gestáltica, cognitiva, fenomenológica e transpessoal (FRANCO,

2020). Contudo, Reis (2014) aponta alguns pressupostos fundamentais da arteterapia, compartilhados por todas as vertentes. Em primeiro lugar, a arte é um meio de expressar o mundo interior de quem a cria. Nesse processo, ocorre a objetivação da imaginação, das emoções e pensamentos na forma de um produto material e, ao mesmo tempo, a produção de novos modos de subjetivação. O sujeito, ao criar, também se transforma. Por isso, a criação da arte não se resume ao material produzido; sua maior contribuição está em ajudar o indivíduo a se reconfigurar em suas relações com o mundo e consigo mesmo. Então, a arteterapia possui dois pressupostos básicos, inerentes à sua dupla função: a expressão do mundo interior e a transmutação do indivíduo pela sua arte (REIS, 2014).

O uso de recursos artísticos com fins curativos remonta à antiguidade, havendo registros dessa atividade na Grécia do século V a. C. (SEI, 2009): Aristóteles, em suas considerações sobre as funções da arte, já refletia sobre sua capacidade catártica, isto é, de provocar alívio emocional (FRANCO, 2020). Junge (2015) recua no tempo ainda mais ao retomar os primórdios da arteterapia, citando rituais terapêuticos com uso de artes visuais em culturas ancestrais milenares, como as pinturas em areia dos Navajos e esculturas africanas.

No século XIX, emergiu um interesse de psiquiatras europeus no valor estético da produção artística dos considerados doentes mentais (FRANCO, 2020; JUNGE, 2015). Nesse contexto, foi proposto por Jean Dubuffet o conceito de *art brut* (traduzida para o inglês como *outsider art*), referindo-se à arte crua e pura dos mentalmente insanos, em desafio às convenções das belas artes (TANSELLA, 2007; JUNGE, 2015). Dubuffet considerava a *art brut* a mais autêntica forma de arte, por não estar restrita pelas preocupações da competição e da aclamação social (LAFAYETTE, 2017). Um psiquiatra e historiador da arte chamado Hans Prinzhorn colecionou e publicou mais de 5 mil peças de arte de pacientes psiquiátricos, um importante passo que mostra, num momento em que a psiquiatria se foca apenas em aspectos mórbidos, que o doente mental também tem possibilidades criadoras (SEI, 2009). Ainda assim, o interesse primário de Prinzhorn nessa arte estava em mostrá-la como fascinante e expressiva, mas não necessariamente como um indicador diagnóstico ou terapêutico (JUNGE, 2015). Na verdade, estudiosos da *outsider art* frequentemente fazem objeções à arteterapia, acusando-a de

interferir na espontaneidade do processo criativo dos artistas e aniquilar a “pureza” da arte (TANSELLA, 2007).

Como fruto desses condicionantes históricos, é no século XX que se consolida a arteterapia como uma proposta estruturada (FRANCO, 2020). Esse é “o século da imagem” em diversas áreas do conhecimento e setores da vida cotidiana, invadidos pela publicidade. Na psicanálise, tanto Freud quanto Jung reconheciam a imagem como meio de pesquisa na análise de pacientes, mas este último com maior intensidade (MARTINS, 2011). Freud percebia nas imagens dos sonhos importantes mensagens do inconsciente, mas não pedia ao paciente que as desenhasse, ao contrário de Jung (JUNGE, 2015), que, embora nunca tenha se denominado arteterapeuta, fez amplo uso de recursos artísticos em sua clínica (MARTINS, 2011). Além disso, para Freud, a arte é considerada um mecanismo de sublimação das pulsões, ou seja, um esforço de adequação social que transforma pulsões inaceitáveis em objetos culturalmente valorizados (METZGER, 2015). Por sua vez, Jung concebia a criação artística como uma função psíquica estruturante, com capacidade de promover cura interior (REIS, 2014).

Alguns dos nomes mais notórios na recuperação histórica da arteterapia tiveram seu trabalho fortemente influenciado pela psicanálise freudiana ou pela psicologia analítica de Jung. Margaret Naumburg, em 1940, foi a primeira a definir a arteterapia como uma profissão distinta (JUNGE, 2015). Sua irmã, a artista e professora Florence Cane, se tornou pioneira na arte-educação e inspirou Naumburg a usar a arte como instrumento terapêutico (REIS, 2014). Naumburg acreditava que todo indivíduo era capaz de projetar conteúdos inconscientes, fossem sonhos, fantasias, medos ou memórias infantis, na forma de imagens visuais. E essas imagens seriam interpretadas pelo paciente dentro da relação transferencial, através da livre associação (REIS, 2014). Portanto, as ideias de Naumburg se alinham à perspectiva da “artepsicoterapia”, pois, em seu método, o uso da fala na exploração do significado das imagens era bastante estimulado (JUNGE, 2015).

No posicionamento oposto, da “arte como terapia”, encontra-se Edith Kramer, que, embora também adotasse uma orientação psicanalítica, não praticava a interpretação: sua proposta consistia na criação artística sem a necessidade de verbalização, já que a considerava por si só terapêutica (JUNGE,

2015; REIS, 2014). O conceito freudiano em que Kramer mais se baseou foi o da sublimação, pois a ideia era que a arte proporcionaria ao sujeito uma gratificação que substituiria, ao menos em parte, o prazer que seria obtido pela satisfação do objeto original sublimado (REIS, 2014).

No Brasil, também houve uma figura representativa das teorias de Freud no campo da arte, o psiquiatra Osório César (1895-1979). Ele ficou conhecido pela implementação de atividades artísticas para os pacientes psiquiátricos do Hospital do Juqueri, em São Paulo. Seu trabalho teórico consiste substancialmente em uma leitura freudiana da arte produzida pelos pacientes (ANDRIOLO, 2003). Cesar observou nessas obras de arte a mesma simbologia sexual que Freud encontrou na interpretação dos sonhos, além de manifestações de um fenômeno filogenético chamado atavismo, que é a regressão a épocas arcaicas, presente também na obra de Freud (ANDRIOLO, 2003).

Em relação à arteterapia de base junguiana, o trabalho da psiquiatra Nise da Silveira é reconhecido pelo seu pioneirismo no Brasil, embora ela tenha recusado a denominação de arteterapeuta, preferindo considerar-se terapeuta ocupacional (FRANCO, 2020). Deixou como legado o Museu de Imagens do Inconsciente, na mesma instituição onde trabalhou, o Centro Psiquiátrico D. Pedro II, em Engenho de Dentro (RJ).

Para compreender a influência de Jung sobre a arteterapia, é necessário se aprofundar em alguns de seus conceitos. Além do inconsciente pessoal, que armazena conteúdos reprimidos integrantes da personalidade individual, Jung propôs uma camada mais profunda para a psique, o inconsciente coletivo, constituído de conteúdos universais herdados e que aparecem regularmente (JUNG, 2001). Os arquétipos são componentes do inconsciente coletivo. São temas derivados da observação reiterada de mitos e contos da literatura universal, que aparecem também nos sonhos, nas fantasias e até nas ideias delirantes (JUNG, 2001).

As imagens do inconsciente se originam tanto do inconsciente pessoal quanto do coletivo e encontram uma via de expressão no fazer artístico (REIS, 2014). Silveira (*apud* REIS, 2014) compreendia que as pinturas, desenhos e esculturas de seus pacientes psicóticos eram ricas em imagens arquetípicas. Mas, em contraponto à arteterapia psicanalítica, a arteterapia junguiana não busca encontrar uma interpretação do conteúdo velado dessas imagens, pois

entende que são representações literais do que está acontecendo na psique, sem disfarces (SILVEIRA, 2001 *apud* REIS, 2014). Outra ideia inovadora trazida por Jung e relatada por Silveira (2001 *apud* REIS, 2014) é que os símbolos expressos na arte não são meras projeções do inconsciente: têm a capacidade de transformar um tipo de energia psíquica em outro e, assim, contribuir para o equilíbrio da psique.

Na arteterapia junguiana, utiliza-se muito a atividade de desenhar ou colorir mandalas (REIS, 2014). Jung entendia haver uma sincronicidade entre os símbolos de esferas, círculos e quadrados que seus pacientes desenhavam ou viam em sonhos e as formas geométricas usadas para meditação chamadas mandalas, que em sânscrito significam “círculo sagrado” (VARGAS FILHO, 2007). Para ele, as mandalas representam a totalidade do self ou “si mesmo”, o arquétipo central da psique, alvo do processo de individuação (MARTINS, 2011). Em momentos de perturbação psíquica, o inconsciente, buscando compensação, recorre a um símbolo que represente a totalidade da personalidade ameaçada, e assim a mandala aparece em pinturas, modelagens e até em movimentos de dança (VARGAS FILHO, 2007).

## 7 MÉTODO

Este estudo utilizou como método a revisão integrativa de literatura, um tipo de revisão que sintetiza a literatura teórica ou empírica anterior para fornecer uma compreensão mais abrangente de determinado fenômeno (WHITTERMORE; KNAFL, 2005). Por permitir a inclusão de diversas metodologias (como experimental e não experimental), Whittermore e Knafl (2005) apontam que a revisão integrativa, quando elaborada com rigor, contribui para a apresentação de perspectivas variadas sobre o fenômeno pesquisado, com o potencial de fundamentar a prática clínica baseada em evidências.

Para Mendes, Silveira e Galvão (2008), seis etapas devem ser percorridas na construção da revisão integrativa: identificação do tema e seleção da questão de pesquisa, estabelecimento de critérios de inclusão e exclusão de estudos, definição das informações a serem extraídas dos estudos seleciona-

dos, avaliação dos estudos incluídos, interpretação dos resultados e síntese do conhecimento.

A questão que norteou esta pesquisa foi: quais os benefícios terapêuticos da arteterapia para pessoas portadoras de transtornos mentais? Foi realizada busca de artigos científicos que avaliassem o efeito de intervenções artísticas sobre a saúde mental, indexados nas seguintes bases de dados: The *National Center for Biotechnology* - NCBI (PubMed), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Science Direct, Psycnet, LILACS e Scholar Google. Utilizou-se o cruzamento do descritor “art therapy” com os descritores “mental health” ou “mental disorder”.

Como critérios de inclusão, foram selecionados artigos publicados entre 2005 e 2020, nos idiomas inglês ou português, revisados por pares e que utilizassem metodologia qualitativa ou mista (quantitativa e qualitativa). Como critérios de exclusão, foram excluídos os seguintes estudos:

1. quantitativos;
2. com população pediátrica;
3. nos quais os transtornos mentais não eram a condição primária do paciente, e sim uma condição secundária a outro problema de saúde, como é o caso de pacientes oncológicos;
4. em que não houve a aplicação da arte em um contexto terapêutico.

O material selecionado foi lido de acordo com as etapas propostas por Gil (2002): primeiramente uma leitura exploratória, para se obter uma visão global dos artigos e de sua utilidade para a pesquisa; leitura seletiva, mais aprofundada, a fim de confirmar quais artigos interessam ao trabalho; leitura analítica, ordenando e sumariando as informações; e, por fim, uma leitura interpretativa, que relaciona os dados obtidos nas leituras com conhecimentos prévios do pesquisador.

## 8 RESULTADOS

O procedimento de busca utilizando a combinação “art therapy” e “mental health” localizou 1096 artigos publicados entre 2005 e 2020 na base de dados PubMed. A partir da leitura dos títulos, verificou-se que grande parte dos artigos possuía termos homônimos, como terapia antirretroviral, abreviada como art, e a expressão “state of art”. Assim, foi aplicado o filtro “complementary medicine”, reduzindo a busca a 438 artigos. Foram lidos os títulos e resumos para verificar quais eram potencialmente relevantes. Ao final do processo, 28 artigos foram selecionados nessa base de dados.

A busca foi empreendida da mesma forma nas outras bases de dados e, contabilizando-se as exclusões por repetição, gerou os seguintes resultados:

- Scholar Google: 7 artigos
- Science Direct: 3 artigos
- LILACS: 5 artigos
- SciELO: 1 artigo
- PsycNet: 3 artigos

Sendo assim, a pesquisa totalizou 49 artigos. Após a leitura seletiva e analítica do material, 26 artigos foram excluídos por se encaixar em algum dos critérios de exclusão. Portanto, 23 artigos foram incluídos na revisão integrativa.

<b>Autor e ano</b>	<b>País</b>	<b>Tipo de estudo</b>	<b>Principais efeitos relatados</b>
Abbing <i>et al.</i> (2018)	Holanda	Revisão sistemática de ensaios clínicos randomizados ou não	Indução de relaxamento, acesso a memórias inconscientes, regulação emocional
Abbing <i>et al.</i> (2019)	Holanda	Ensaio clínico randomizado	Redução da ansiedade associada à melhora da variabilidade da frequência cardíaca em repouso e de algumas funções executivas
Attard e Larkin (2016)	Reino Unido	Revisão narrativa da literatura	Arteterapia considerada por terapeutas e clientes uma intervenção benéfica, aceitável e significativa

<b>Autor e ano</b>	<b>País</b>	<b>Tipo de estudo</b>	<b>Principais efeitos relatados</b>
Avrahami (2006)	Israel	Estudo de dois casos	Acesso a memórias reprimidas, distanciamento emocional e facilitação da transferência
Blomdahl <i>et al.</i> (2013)	Suécia	Revisão sistemática da literatura	Autoexploração, comunicação, entendimento e explicação, integração, pensamento simbólico, criatividade, estimulação sensorial
Chiang, Reid-Varley e Fan (2019)	Estados Unidos	Revisão narrativa da literatura	Expressão emocional, melhora da autoestima, do funcionamento cognitivo e social
Correia e Torrenté (2016)	Brasil	Revisão sistemática da literatura	Empoderamento, sociabilidade, minimização de aspectos negativos, expressividade, revisão da identidade, reconquista da esperança, ampliação de competências pessoais, concretização de planos, efeitos negativos
Coqueiro, Vieira e Freitas (2010)	Brasil	Estudo de caso	Minimização de fatores negativos, socialização, protagonismo no processo terapêutico
De Moraes <i>et al.</i> (2014)	Brasil	Estudo quantitativo e qualitativo	Melhora da depressão, expressão emocional, estados de prazer e relaxamento, resiliência
Hayen e Hinz (2020)	Holanda	Estudo de dois casos	Facilitação do processo terapêutico ao fornecer ao terapeuta informações sobre a regulação emocional e o estilo de apego do paciente
Laranjeira <i>et al.</i> (2009)	Portugal	Estudo pré-experimental	Redução do estresse e da ansiedade, criatividade, autodescoberta, esperança, estratégias para gerir dificuldades, lidar com emoções difíceis
Lloyd, Wong e Petchkovsky (2007)	Austrália e Singapura	Estudo qualitativo	Expressão, autodescoberta, espiritualidade, empoderamento e autovalidação
Makin e Gask (2011)	Reino Unido	Estudo qualitativo	Distração, relaxamento, criatividade, autoconfiança, companhia e suporte
Nan e Ho (2017)	Hong Kong	Ensaio clínico randomizado	Melhora de sintomas depressivos, saúde geral, bem-estar corporal, mental e espiritual
Penzés <i>et al.</i> (2018)	Holanda	Estudo qualitativo	Direcionamento do processo terapêutico ao fornecer indicadores sobre o equilíbrio e a adaptabilidade do paciente

<b>Autor e ano</b>	<b>País</b>	<b>Tipo de estudo</b>	<b>Principais efeitos relatados</b>
Ribeiro (2007)	Brasil	Estudo de caso	Exercício da espontaneidade, desenvolvimento da autonomia, ampliação do círculo de amizades, retorno aos estudos, melhora no relacionamento familiar
Scope, Uttley e Sutton (2017)	Reino Unido	Revisão sistemática da literatura	Relacionamentos sociais (com o terapeuta e membros do grupo), ganho de entendimento e perspectiva, distração, realização pessoal, expressão, relaxamento e empoderamento
Spandler <i>et al.</i> (2007)	Reino Unido	Estudo qualitativo	Geração de esperança, de um senso de significado e propósito, de mecanismos de enfrentamento e reconstrução da identidade
Stickley e Hui (2012)	Reino Unido	Estudo de caso	Autoexpressão, distração, esperança, benefícios sociais
Teglbjaerg (2011)	Dinamarca	Estudo de caso	Fortalecimento do senso de self, aumento da autoestima e das competências sociais
Van Lith, Fenner e Schofield (2011)	Austrália	Estudo qualitativo	Liberação de tensão, empoderamento, geração de insights, conexão social
Van Lith, Schofield e Fenner (2013)	Austrália	Revisão crítica da literatura	Autodescoberta, autoexploração, identidade social, melhoras clínicas e ocupacionais
Van Lith (2015)	Austrália	Estudo de caso múltiplo longitudinal	Conexão com o mundo interior, senso de realização, motivação, segurança emocional

## 9 DISCUSSÃO

Optou-se por agrupar os resultados encontrados em duas categorias amplas. A primeira se refere aos benefícios da arteterapia que satisfazem dimensões do modelo *recovery* de saúde mental, abordado em vários dos estudos que compõem a amostra desta revisão. *Recovery* é uma abordagem de reabilitação psicossocial que se concentra na promoção da saúde holística e da qualidade de vida. Mais do que buscar a remissão de sintomas, tem como objetivo restaurar os níveis pré-mórbidos de funcionamento social e independência do paciente (CHIANG; REID-VARLEY; FAN, 2019).

Foram encontradas diferentes maneiras de se categorizar os elementos que caracterizam o processo de *recovery*. Por exemplo, Lloyd, Wong e Petchkovsky (2007) adotaram um referencial que pressupõe como condições para o *recovery* a esperança, a cura (que vai além da concepção médica), o empoderamento e a conexão social. Segundo Van Lith, Fenner e Schofield (2011), os componentes do *recovery* na saúde mental incluem: renovar a esperança e o comprometimento, redefinir o self, conviver com a doença, envolver-se em atividades significativas, superar o estigma, assumir controle, ganhar empoderamento e exercer cidadania, administrar sintomas e receber suporte social.

Assim, foi possível corroborar a afirmação de Spandler *et al.* (2007) de que não há um consenso claro sobre o *recovery* que possa guiar metodologias de pesquisa na área. Por esse motivo, serão incluídos nessa primeira categoria os resultados obtidos que atendem a elementos comuns a diferentes conceptualizações de *recovery* e se referem a uma noção geral de recuperação centrada no usuário e um movimento deste em direção a uma vida autônoma (SPANDLER *et al.*, 2007).

Já a segunda categoria engloba estudos que investigaram os mecanismos terapêuticos da arteterapia sob a perspectiva da psicologia cognitiva ou da neuropsicologia. Segundo Chiang, Reid-Varley e Fan (2019), as teorias “corpo e mente” a respeito das terapias de artes criativas presumem que os transtornos mentais causam uma desorganização do pensamento que interrompe as conexões normais entre o corpo e o cérebro, e a criação de artes ajuda a reparar essa desconexão. O modelo teórico do Continuum das Terapias Expressivas é um exemplo desse tipo de teorias.

Foram incluídos também nessa categoria estudos que, ainda que sem discutir os mecanismos neurocognitivos subjacentes, relataram benefícios que pudessem ser categorizados como: (i) redução do estresse e promoção de estados de relaxamento; (ii) regulação emocional; (iii) melhoras em funções executivas e resolução de problemas. Essa classificação encontra um paralelo com os três níveis de processamento de informação no cérebro: lobos parietais, sensorio para o límbico, emocional para o córtex pré-frontal (CHIANG; REID-VARLEY; FAN, 2019).

## 9.1 Identidade, auto exploração, empoderamento, propósito e sociabilidade

Como ponto de partida para a discussão, um benefício amplamente referido nesta revisão é que a arte possibilita a comunicação não verbal das emoções (SC OPE; UTTLEY; SUTTON, 2017; CHIANG; REID-VARLEY; FAN, 2019; HAYEN; HINZ, 2020; ATTARD; LARKIN, 2016). Para Attard e Larkin (2016), essa expressão é mais profunda que a expressão verbal. Isso pode estar relacionado à mobilização de conteúdos inconscientes e inacessíveis pelo pensamento racional, como emoções reprimidas, durante o processo de criação artística (DE MORAIS *et al.*, 2014; LLOYD; WONG; PETCHKOVSKY, 2007).

A comunicação não verbal por meio da arte pode ser particularmente benéfica para pessoas com transtorno depressivo maior, as quais, segundo Nan e Ho (2017), têm propensão à alexitimia, uma disfunção cognitiva caracterizada pela dificuldade em descrever sensações, estados emocionais ou sentimentos. Em um ensaio clínico randomizado, Nan e Ho (2017) confirmaram a hipótese de que o tratamento com seis sessões semanais de arteterapia com argila reduziria o nível de alexitimia em indivíduos diagnosticados com depressão.

Como possível explicação, Nan e Ho (2017) trazem evidências de diferentes processos (descritos em mais detalhe na Categoria 2) que ocorrem no sistema nervoso durante a criação com argila. Assim, é possível entender que não somente a arteterapia provê meios para se expressar sem palavras, como também parece melhorar a capacidade de articulação verbal. Há de se ressaltar que a arte viabiliza a expressão emocional de uma forma saudável e socialmente aceita (DE MORAIS *et al.*, 2014; VAN LITH; FENNER; SCHOFIELD, 2011), o que permite hipotetizar sobre seu papel em evitar que o indivíduo venha a recorrer a maneiras destrutivas de exteriorizar emoções como raiva e medo.

A expressão emocional pode ter um valor terapêutico por si só, por proporcionar a catarse e a liberação de tensão (DE MORAIS, 2014; LLOYD; WONG; PETCHKOVSKY, 2007). Mas também pode impulsionar o indivíduo na direção de um processo de autoconhecimento. (BLOMDAHL *et al.*, 2013 ; VAN LITH; FENNER; SCHOFIELD, 2011; VAN LITH, 2015).

Nas entrevistas com participantes de um programa de artes comunitário para portadores de transtornos mentais, Lloyd, Wong e Petchkovsky (2007) identificou uma noção de jornada ou processo de autodescoberta por meio da atividade artística, com geração de insights sobre si mesmos. Blomdahl *et al.* (2013) citam diferentes técnicas artísticas que auxiliam a percepção do indivíduo sobre os eventos que o afetam e seus padrões de reação a eles, como o método Tree Themed, consistente no desenho de uma árvore para representar diferentes períodos da vida, a criação de mandalas e a arteterapia baseada em mindfulness.

Com isso, o indivíduo pode se beneficiar com entendimento e aceitação de suas experiências emocionais (SCOPE; UTTLEY; SUTTON, 2017; BLOMDAHL *et al.*, 2013).

A arte também foi apresentada como um recurso para a ressignificação de emoções e experiências. Tegjaeborg (2011) relata que, por meio de um diálogo com suas obras, o paciente pode capturar suas contradições e nuances e formar novas estruturas de significado. Para ilustrar, cita o exemplo de uma paciente que mudou seu entendimento sobre sua feminilidade fazendo pinturas com a cor rosa e, nesse processo, foi capaz de integrar novas perspectivas sobre sua condição feminina.

Para Avrahami (2006), esse processo de simbolização-integração se encontra comprometido em pacientes com TEPT. A autora menciona que a palavra “símbolo” provém de um conceito grego que significa unificar, juntar partes. Por isso, a produção de um símbolo, de acordo com a psicologia analítica, serve como um fator unificante das forças opostas em constante polarização na psique, trazendo estabilidade e equilíbrio para a personalidade. Desse modo, na criação simbólica, o paciente com TEPT pode estabelecer um diálogo com suas memórias dissociadas e integrá-las à sua narrativa pessoal. No caso das artes visuais, todo esse processo ocorre em uma mídia que oferece limites físicos e contenção à experiência caótica e amorfa do trauma: os limites do papel, as bordas da escultura. Ao dar uma forma concreta, tangível ao trauma, o sujeito pode obter distanciamento emocional; pode, também, modificar o símbolo, recriá-lo, ou até descartá-lo, reassumindo um senso de controle sobre sua vida.

Em consonância, o senso de controle desenvolvido no processo de terapia com arte foi relatado em diversos outros estudos (LARANJEIRA *et al.*, 2019; LLOYD; WONG; PETCHKOVSKY, 2007; CORREIA; TORRENTÉ, 2016; AVRAHAMI, 2006; SCOPE; UTTLEY; SUTTON, 2017; SPANDLER *et al.*, 2007; VAN LITH; FENNER; SCHOFIELD, 2011). Episódios agudos de transtornos mentais parecem ser marcados por uma percepção de perda de controle (LLOYD; WONG; PETCHKOVSKY, 2007).

Essa sensação de desempoderamento é exacerbada em indivíduos internados em unidades de saúde mental, como se percebe nos discursos dos pacientes entrevistados por Stickley e Hui (2012), pois a internação envolve procedimentos de restrição e, muitas vezes, um tratamento objetificante. O uso da arte pode ajudar no ganho de autoconfiança e senso de agência de diversas formas: provê um recurso próprio, autogerido (VAN LITH; FENNER; SCHOFIELD, 2011; SPANDLER *et al.*, 2007; LLOYD; WONG; PETCHKOVSKY, 2007) de lidar com o sofrimento, o que leva ao protagonismo do sujeito no processo terapêutico (COQUEIRO; VIEIRA; FREITAS, 2010); permite fazer escolhas e experimentações em relação ao próprio trabalho artístico; amplia as habilidades e competências pessoais (SPANDLER *et al.*, 2007; MAKIN; GASK, 2011; VAN LITH; FENNER; SCHOFIELD, 2011); confere ao sujeito o sentimento de realização e orgulho, por ser autor e detentor de um produto único (VAN LITH; FENNER; SCHOFIELD, 2011; MAKIN; GASK, 2011; LLOYD; WONG; PETCHKOVSKY, 2007) ajuda a reconstruir o senso de identidade abalado pelo estigma (LLOYD; WONG; PETCHKOVSKY, 2007; VAN LITH; FENNER; SCHOFIELD, 2011; VAN LITH, 2015); gera o poder de influenciar outras pessoas e comunicar uma mensagem à sociedade (LLOYD; WONG; PETCHKOVSKY, 2007).

O fortalecimento do self é a hipótese de Teglbjaerg (2011) para explicar as melhoras relatadas por pacientes esquizofrênicos em domínios como autoconfiança, autocuidado e redução da paranoia, após sessões grupais de arteterapia formativa. Esse formato de arteterapia, que vê a obra como uma nova configuração relacionada ao mundo exterior, difere da arteterapia analítica, a qual busca decifrar o inconsciente.

A psicopatologia fenomenológica, enfoque adotado por Teglbyaerg (2011), considera a esquizofrenia o resultado de uma fraqueza no senso de self pré-verbal (self mínimo). Uma das maneiras pelas quais a arteterapia pode aliviar essa condição é proporcionando o aumento da experiência de self, pois a experiência de ser o criador de algo é um forte marcador de identidade. Os participantes do grupo alcançaram o entendimento de que os diferentes estilos de arte são reflexos das diferentes identidades, e que, nesse âmbito, não existe certo ou errado.

Ainda no que se refere ao trabalho com pacientes psicóticos, Ribeiro (2007) reflete que a atividade artística pode ser um exercício de equilibrar a atenção em si e no outro de forma lúdica. Em quadros psicóticos com autorreferência e ensimesmamento, o paciente apresenta um desequilíbrio dessa atenção, voltando-a completamente para si. Nesse posicionamento narcisista, “o sujeito toma a si mesmo como objeto de amor. Lacan denominou essa fase como fase do espelho, na qual não há uma ausência total do outro, mas uma interiorização da relação com o outro, o sujeito se vê no outro” (RIBEIRO, 2007, p. 32).

É nesse ponto, então, que uma atividade como o teatro abre uma possibilidade terapêutica, porque permite ao paciente representar o ponto de vista do outro na forma de personagens, ou mesmo personificar seus devaneios e alucinações em vez de se isolar no seu mundo.

A falta de criatividade e o excesso de conformidade social, ou seja, viver a vida de acordo com as expectativas e demandas alheias, são fatores que precipitam o adoecimento (SPANDLER *et al.*, 2007). Portanto, exercitar a criatividade parece ser uma maneira de resgatar em indivíduos em sofrimento psíquico uma noção de propósito e significado, que é uma necessidade humana vital (LARANJEIRA *et al.*, 2019). Para os voluntários da pesquisa de Lloyd, Wong e Petchkovsky (2007), o senso de propósito aparece implicitamente revestido de um caráter espiritual, no sentido de haver uma conexão entre a arte e o núcleo da existência humana. Já para os participantes hospitalizados em uma unidade psiquiátrica avaliados por Laranjeira *et al.* (2019), o significado e o propósito foram denotados como a priorização dos aspectos positivos da vida em vez dos negativos, o que contribui para despertar sentimentos de esperança.

Ademais, foram encontrados benefícios ligados à dinâmica relacional e ambiental existente na arteterapia, cujos resultados não estão diretamente relacionados à arte, mas ao contexto em que a terapia é desenvolvida. O mais proeminente desses fatores é a socialização propiciada pela modalidade grupal de arteterapia.

Ribeiro (2007) justifica a escolha da abordagem grupal para constituir um espaço de expressão para usuários de uma unidade de saúde mental com base na capacidade potencializadora do tratamento em grupo, que “produz um campo intermediário, onde a produção desse grupo pode se materializar, numa conexão do pessoal e do ambiental”.

Van Lith, Fenner e Schofield (2011) identificaram que, na perspectiva dos pacientes, não são necessariamente os sintomas do transtorno que causam impacto na autoestima, mas o isolamento social e a estigmatização. Como a dimensão social é um dos componentes centrais da reabilitação psicossocial (VAN LITH; SCHOFIELD; FENNER, 2013), faz sentido que a arteterapia em grupo seja a modalidade escolhida em vários estudos (COQUEIRO; VIEIRA; FREITAS, 2010; DE MORAIS *et al.*, 2014; LARANJEIRA *et al.*, 2019; LLOYD; WONG; PETCHKOVSKY, 2007; MAKIN; GASK, 2011; NAN; HO, 2017; SPANDLER *et al.*, 2007; STICKLEY; HUI, 2012; TEGLBJAERG, 2011; VAN LITH; FENNER; SCHOFIELD, 2011).

Ainda, Lloyd, Wong e Petchkovsky (2007) citam que serviços de reabilitação integrados à comunidade facilitam a recuperação porque proveem experiências que imitam situações da vida cotidiana.

Os benefícios que a arteterapia traz à inserção social podem ser vistos por duas óticas (VAN LITH; FENNER; SCHOFIELD, 2011). De um lado, os grupos possibilitam o fortalecimento de habilidades interpessoais por meio de vários processos, como dar suporte, aprender e ganhar sabedoria com os outros e manter amizades (VAN LITH; FENNER; SCHOFIELD, 2011). De outro lado, fomentam sentimentos de vínculo, pertencimento e camaradagem entre os membros devido ao compartilhamento de experiências pessoais, à identificação com outras histórias de vida, ao ganho de feedback sobre suas ideias e ao encontro de fontes de inspiração (VAN LITH; FENNER; SCHOFIELD, 2011; VAN LITH; SCHOFIELD; FENNER, 2013; MAKIN; GASK, 2011).

Como desdobramento, a atmosfera das sessões terapêuticas é a de um ambiente seguro e não-competitivo (MAKIN; GASK, 2011), onde há uma cultura de tolerância (CORREIA; TORRENTÉ, 2016). A sensação de liberdade e aceitação é tão ampla que uma das vantagens apontadas por Makin e Gask (2011) e Teglbjaerg (2011) é que os participantes não se sentiam pressionados sequer a falar. Nesse sentido, a postura desejável para o arteterapeuta ou facilitador é a de providenciar orientação e estrutura, mas também liberdade e flexibilidade para garantir que os participantes sintam autonomia para criar do seu próprio jeito (VAN LITH; SCHOFIELD; FENNER, 2013). Para Coqueiro, Vieira e Freitas (2010), o comportamento do condutor das sessões se amolda ao da maioria do grupo: se a maioria se apresenta agitada, usam-se técnicas de relaxamento com músicas instrumentais; se apresentam rebaixamento do humor, são empregados jogos musicais com mais movimento corporal.

Outro benefício social trazido pela vivência coletiva da arteterapia é a ocorrência de momentos de humor. No grupo de expressão de Ribeiro (2007), voltado para pacientes com transtornos psicóticos, o humor foi uma maneira espontânea de trabalhar a adesão a regras sem que houvesse imposição, pois, durante o jogo musical, os participantes tinham que ouvir o outro cantar para saber o momento certo de entrar na música; caso contrário, o som não combinava e se tornava engraçado.

Em suma, foi verificado o predomínio de efeitos positivos de diferentes modalidades de arteterapia sobre a saúde mental. Esses benefícios correspondem a um elemento-chave que, segundo Spandler *et al.* (2007), resume os vários conceitos de *recovery*: a esperança, na medida em que abrange fatores como habilidades de enfrentamento, propósito e significado, bem-estar psicológico, ampliação da identidade para além da doença e suporte social. No entanto, potenciais desvantagens também devem ser consideradas. De Moraes *et al.* (2014), em avaliação dos efeitos da terapia com argila em pacientes psiquiátricos de um *day hospital* (serviço de internação parcial), encontraram uma redução dos níveis de depressão e de ansiedade para a maior parte do grupo, porém alguns participantes exibiram um nível elevado de ansiedade. Os autores atribuem esse resultado à falta de preparo emocional para entrar em contato com eventos internos não resolvidos, como traumas.

Ainda, brincar com argila pode remeter a memórias infantis e levar a estados regredidos com os quais o paciente talvez não saiba lidar. Foram encontrados alguns resultados semelhantes - aumento de ansiedade induzido pela ativação de emoções não elaboradas - na revisão sistemática de literatura feita por Scope, Uttley e Sutton (2017). Já Correia e Torrenté (2016), também em uma revisão sistemática, encontraram, em uma minoria dos estudos, efeitos desfavoráveis relacionados à percepção negativa da autoimagem e à frustração no engajamento artístico.

## 9.2 Regulação do estresse, da emoção e da cognição

Abbing *et al.* (2018) realizaram uma revisão sistemática de ensaios clínicos que avaliaram o efeito de intervenções artísticas sobre os transtornos de ansiedade. Com base nos resultados favoráveis da pesquisa, Abbing *et al.* (2018) sugeriram três possíveis mecanismos de ação para a arteterapia.

O primeiro deles se refere a uma abordagem *bottom-up* de redução da ansiedade, ou seja, focada na estimulação sensorial. Os estímulos táteis, visuais e não verbais produzem um estado mental do tipo *flow*, de forma comparável à *mindfulness*, que induz o relaxamento (regulação do estresse).

O segundo mecanismo está relacionado a métodos projetivos como o HTP - desenho de uma casa, árvore e pessoa -, que refletem informação inconsciente e levam a insights sobre emoções e cognições (regulação cognitiva). Já o terceiro mecanismo compreende a criação de um ambiente seguro para a expressão consciente de emoções difíceis (regulação emocional).

Em outro estudo, um ensaio clínico randomizado, Abbing *et al.* (2019) investigaram a eficácia da arteterapia como tratamento para a ansiedade, considerada como uma falha na regulação do estresse e nas funções executivas. A hipótese de que a arteterapia contribuiria para a melhora na regulação do estresse foi parcialmente confirmada: observou-se maior variabilidade da frequência cardíaca (HRV) em repouso no grupo experimental após o tratamento, indicando redução da ansiedade, mas não houve melhora na resposta ao estresse e nem na recuperação deste. Para explicar a redução do estresse

(maior HRV), Abbing *et al.* (2019) relacionam a criação de artes visuais à resiliência psicológica num nível neural, devido ao aumento da conectividade funcional do córtex parietal medial e do *praecuneus*.

A redução do estresse, consequência do estado de *flow* estimulado no processo criativo, provavelmente está relacionada a um benefício mencionado em diversos estudos (MAKIN; GASK, 2011; SCOPE; UTTLEY; SUTTON, 2017; SPANDLER *et al.*, 2007; STICKLEY; HUI, 2012; VAN LITH; FENNER; SCHOFIELD, 2011; VAN LITH; SCHOFIELD; FENNER, 2013): a distração e o escapismo. A criação de arte foi referida como um momento de imersão que evita a ruminação de pensamentos negativos (MAKIN; GASK, 2011), uma espécie de “férias” dos problemas (VAN LITH; FENNER; SCHOFIELD, 2011). Para Teglbjaerg (2011), o processo de pintura demanda presença plena e um redirecionamento do foco no self para a realidade externa ao atrair a consciência para as cores, luzes e formas -- o “aqui e agora”. A ocupação da mente em uma atividade prazerosa, lúdica e significativa é especialmente proveitosa para pacientes em unidades de internação psiquiátrica, onde o tédio é uma das maiores queixas (STICKLEY; HUI, 2012).

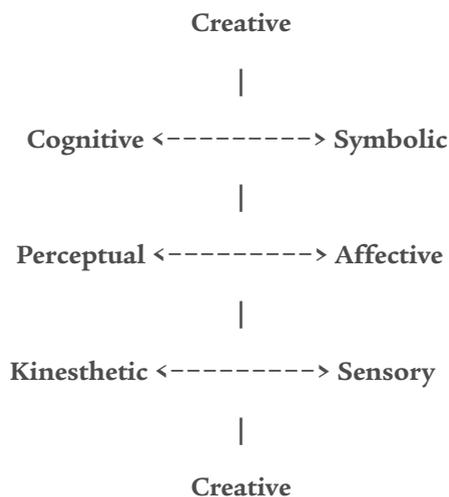
Em relação à regulação emocional, esta é conceituada por Nan e Ho (2017) como os processos autonômicos e as táticas adotadas que impactam a incidência, a escala, a duração e a manifestação de uma reação emocional. O transtorno depressivo maior implica um prejuízo na regulação emocional em seus três aspectos: estados afetivos, sistemas fisiológicos de excitação e processos cognição-emoção, envolvendo, respectivamente, um afeto negativo sustentado, um estado de hipoexcitação e déficits cognitivos como diminuição da memória e da flexibilidade cognitiva. Nan e Ho (2017) argumentam que a arteterapia com argila pode melhorar a regulação emocional a partir da interação entre diferentes processos neurais. Por exemplo, os processos visuais que guiam o julgamento estético e a criação de produtos com significado pessoal requerem uma intensa aplicação de habilidades perceptuais, funções cognitivas e expressão de afeto, o que exige a coordenação de diferentes regiões corticais do cérebro.

Situações que envolvem uma perturbação emocional muito intensa, como um trauma, desencadeiam a interrupção da codificação verbal da memória e o retorno do sistema nervoso central à formação de memórias sensorio-icônicas similares às da primeira infância (AVRAHAMI, 2006). Em razão da natureza da memória traumática, a arteterapia é considerada por Avrahami (2006) uma relevante abordagem no tratamento do transtorno do estresse pós-traumático (TEPT). Um dado trazido pela autora é que, diferentemente de memórias normais, a memória traumática não é codificada de forma verbal e linear, mas sim como emoções vagas e imagens vívidas. Observa-se que, durante a ativação cerebral dessas memórias, é reduzida a atividade na área de Broca (relacionada à tradução de experiências subjetivas em discurso) e aumentada a atividade em áreas do hemisfério direito associadas a emoções e imagens visuais. Dessa forma, ao encorajar a representação pictórica da experiência do sujeito, a arteterapia propicia a comunicação com o trauma na sua linguagem – um universo de formas, cores e sensações.

Alguns estudos (NAN; HO, 2017; HAYEN; HINZ, 2020; CHIANG; REID-VARLEY; FAN, 2019) exploraram o modelo teórico do Continuum das Terapias Expressivas (ETC), cuja ideia central é a maneira como a criação de artes intermedeia a relação entre processos somatossensoriais, perceptuais, afetivos, cognitivos e simbólicos.

A partir desses conceitos, Hayen e Hinz (2020) discutem como o comportamento do paciente durante a psicoterapia com arte pode fornecer ao terapeuta pistas sobre o funcionamento de sua regulação emocional e indicar estratégias de intervenção adequadas.

O ETC consiste em três níveis bipolares dispostos em ordem hierárquica. O processamento da informação começa no nível cinestésico/sensorial, em que a experiência é definida pelas sensações e movimentos. O nível perceptual/afetivo envolve os elementos formais da arte e respostas emocionais. No nível cognitivo/simbólico, ocorre a forma mais sofisticada de processamento da informação, envolvendo pensamentos e camadas simbólicas. Um eixo vertical perpassa todos os níveis e é considerado o quarto nível, chamado funcionamento criativo, que integra características de todos os outros.

**Figura 1** - O Continuum das Terapias Expressivas

**Fonte:** (HAYEN; HINZ, 2020)

Esse modelo preconiza que a maneira como o paciente cria arte reflete a maneira como sente, pensa e age. Por exemplo, pacientes com uma inclinação perceptual tendem a criar imagens com formas geométricas precisas e simétricas, enquanto pacientes no pólo oposto (afetivo) tendem a preferir materiais mais fluidos como tinta e giz pastel para expressar emoções. Dificuldades de regulação emocional ou cognitiva podem ser percebidas pelo desequilíbrio no uso de um componente em detrimento de outro. Cabe ao terapeuta sugerir estratégias para restabelecer esse equilíbrio. No exemplo de Hayen e Hinz (2020), um paciente com reações emocionais muito intensas se beneficiaria da atividade de colorir mandalas (estímulo do componente perceptual). Em seguida, a transição para o componente cognitivo poderia ser encorajada com o uso de colagens de causa e efeito, de modo a praticar a habilidade de pensar antes de agir e, assim, favorecer a regulação emocional.

Um raciocínio semelhante foi desenvolvido pelos arteterapeutas entrevistados por Pénzes *et al.* (2018), que buscaram investigar como, na prática clínica, são identificados elementos formais da arte associados à saúde men-

tal. Na perspectiva dos terapeutas, a saúde mental é concebida em termos de equilíbrio - regulação emocional e controle cognitivo - e adaptabilidade - habilidades necessárias para conquistar o equilíbrio, como flexibilidade, abertura e criatividade. Para analisar o grau de equilíbrio, é observada a estrutura do trabalho, que é a combinação dos elementos formais primários (movimento, dinâmica, contorno e repetição) com os secundários (mistura de cores, saturação e figuração). Um trabalho altamente estruturado indica muita ênfase nos pensamentos e pouca nas emoções, enquanto um trabalho com baixa estrutura demonstra o contrário. Já a adaptabilidade pode ser percebida pelo grau de variação entre os trabalhos. De acordo com a necessidade, o terapeuta pode definir para o tratamento uma orientação mais cognitiva ou mais afetiva, de maneira similar à abordagem ETC.

Além da regulação emocional, a regulação cognitiva também pode ser melhorada pela arteterapia como consequência do treino de funções executivas, ou seja, os processos cognitivos necessários ao comportamento orientado a objetivos, que ocorre durante a prática artística (ABBING *et al.*, 2019). Essa possibilidade foi parcialmente confirmada por Abbing *et al.* (2019), que encontrou, no grupo experimental, melhoras significativas no autorrelato das funções controle emocional, memória de trabalho, planejamento/ organização e monitoramento de tarefas. Não foram observadas, contudo, diferenças pré e pós-tratamento nas funções ligadas a desempenho (alerta, inibição, flexibilidade cognitiva e atenção sustentada) em comparação com o grupo controle. A hipótese de Abbing (2019) é que a criação de artes visuais envolve certos aprendizados que requerem um bom funcionamento executivo, como seguir instruções (memória de trabalho), trabalhar autonomamente em uma tarefa (planejamento/organização), rastrear e avaliar as próprias ações (monitoramento de tarefas) e aprender a regular as próprias emoções (controle emocional).

Em conclusão, esta pesquisa encontrou algumas evidências de que a arteterapia pode contribuir para uma maior integração cognitivo-emocional e ajudar os pacientes a encontrar um equilíbrio saudável entre a expressão de emoções e o pensamento racional. É um processo de aprendizagem emocional semelhante ao que ocorre na terapia verbal (NAN; HO, 2017). Depreende-se desses resultados que a criação artística funciona tanto como ferramenta de apoio à psicoterapia, quanto pode ser por si mesma terapêutica. É possível

interpretar que a melhora da criatividade e da habilidade de solução de problemas, benefícios relatados por Teglbjaerg (2011) e Blomdahl *et al.* (2013), resultam dessa maior integração cognitivo-emocional e, conseqüentemente, de uma mudança na maneira de enxergar a realidade e se adaptar a ela.

## 10 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Obeve-se através desta pesquisa, uma ampla avaliação do papel da arteterapia no âmbito terapêutico para pessoas com transtornos mentais bem como seus benefícios. Permitindo uma via de comunicação não verbal para se expressar e que além disso, é saudável e socialmente aceita, também proporciona ao indivíduo uma forma de aliviar a tensão e o leva a ser mais consciente de seus processos internos. Outros benefícios da arte apontados nos estudos são: sensação de autocontrole, autoconfiança, realização e orgulho, ampliação de habilidades e competências pessoais. Além disso, o processo artístico requer atenção do indivíduo, de forma a permitir com que o mesmo foque menos nos problemas. Finalmente, fica evidente os aspectos positivos da arteterapia em saúde mental.

Contudo, algumas desvantagens foram apresentadas, como o engajamento no processo torna os indivíduos mais consciente de conflitos internos ou traumas, é possível que em certos casos, esses participantes apresentem níveis elevados de ansiedade. Uma imagem negativa de si e a frustração no engajamento artístico também foram narradas.

## REFERÊNCIAS

ABBING, A. *et al.* The effectiveness of art therapy for anxiety in adults: A systematic review of randomised and non-randomised controlled trials. **PLoS ONE**, v. 13, n. 12, p. 1-19, dez. 2018.

ABBING, A. *et al.* Anxiety reduction through art therapy in women. Exploring stress regulation and executive functioning as underlying neurocognitive mechanisms. **PLoS ONE**, v. 14, n. 12, p. 1-23, dez. 2019.

- AMERICAN ART THERAPY ASSOCIATION. **About Art Therapy**. 2021. Disponível em: <https://arttherapy.org/about-art-therapy/>. Acesso em: 24 maio 2021.
- ANDRIOLO, A. A “psicologia da arte” no olhar de Osório Cesar: leituras e escritos. **Psicologia: Ciência e Profissão**, Brasília, v. 23, n. 4, p. 74-81, dez. 2003.
- ANTHONY, W.; ROGERS, E. S.; FARKAS, M. Research on Evidence-Based Practices: Future Directions in an Era of Recovery. **Community Mental Health Journal**, v. 39, n. 2, p. 101-114, abr. 2003.
- ATTARD, A.; LARKIN, M. Art therapy for people with psychosis: a narrative review of the literature. **Lancet Psychiatr**, v. 3, n. 11, p. 1067-1078, nov. 2016.
- AVRAHAMI, D. Visual Art Therapy’s Unique Contribution in the Treatment of Post-Traumatic Stress Disorders. **Journal of Trauma & Dissociation**, v. 6, n. 4, p. 5-38, 2006.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Saúde mental no SUS: os centros de atenção psicossocial**. Brasília: Ministério da Saúde, 2004. 86p.
- CHIANG, M.; REID-VARLEY, W. B.; FAN, X. Creative art therapy for mental illness. **Psychiatry Research**, v. 275, p. 129-136, maio 2019.
- COQUEIRO, N. F.; VIEIRA, F. R. R.; FREITAS, M. M. C. Arteterapia como dispositivo terapêutico em saúde mental. **Acta Paulista de Enfermagem**, São Paulo, v. 23, n. 6, p. 859-862, 2010.
- CORREIA, P. R.; TORRENTÉ, M. O. N. Efeitos terapêuticos da produção artística para a reabilitação psicossocial de pessoas com transtornos mentais: uma revisão sistemática da literatura. **Cadernos Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 4, p. 487-495, dez. 2016.
- CRAWFORD, M. J. *et al.* Group art therapy as an adjunctive treatment for people with schizophrenia: a randomised controlled trial (MATISSE). **Health Technology Assessment**, Londres, v. 16, n. 8, fev. 2012.
- CRAWFORD, M. J. *et al.* Moderating factors for the effectiveness of group art therapy for schizophrenia: secondary analysis of data from the MATISSE randomised controlled trial. **Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology**, Londres, v. 49, n. 11, nov. 2014.
- DE MORAIS, A. H. *et al.* Effect on scores of depression and anxiety in psychiatric patients after clay work in a day hospital. **The Arts in Psychotherapy**, v. 41, p. 205-210, 2014.
- DE SOUSA, R. P. *et al.* Institucionalização do paradigma psiquiátrico manicomial e de atenção psicossocial. **Psychiatry online Brasil**, v. 18, n. 2, fev. 2013. Disponível em: <http://www.polbr.med.br/ano13/art0213b.php>. Acesso em: 18 maio 2021.

DOS SANTOS, J. L. G. *et al.* Integração entre dados quantitativos e qualitativos em uma pesquisa de métodos mistos. **Texto Contexto Enferm**, Florianópolis, v. 26, n. 3, p. 3-9, 2017.

FRANCO, Guilherme Henz. **O Efeito Terapêutico da Prática Artística: A aplicação da Arteterapia no serviço de Atenção Psicossocial (CAPS) em Goiânia**. 2020. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Federal de Goiás, Goiânia, 2020.

FREITAS, F. F. P.; AMARANTE, P. D. C. A importância de Hans Prinzhorn para a reforma psiquiátrica no Brasil. **Saúde Debate**, Rio de Janeiro, v. 42, n. 117, p. 503-517, abr./jun. 2018.

GIL, A. C. Como delinear uma pesquisa bibliográfica? *In*: GIL, A. C. (org.). **Como Elaborar Projetos de Pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002. p. 59-84.

HAYEN, S.; HINZ, L. The first 15 min in art therapy: Painting a picture from the past. **The Arts in Psychotherapy**, v. 71, p. 1-6, nov. 2020.

JUNG, C. G. **Memórias, sonhos, reflexões**. 21. ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2001.

JUNGE, M. B. History of Art Therapy. *In*: GUSSAK, D. E.; ROSAL, M. L. (ed.). **The Wiley Handbook of Art Therapy**. Nova Jersey: John Wiley & Sons, 2015.

LAFAYETTE, M. **Early and contemporary spirit artists, psychic artists and medium painters from 5,000 b.c. to the present day**. Nova Iorque: Times Square Press, 2017.

LARANJEIRA, C. *et al.* Mental Health Recovery Through “Art Therapy”: A Pilot Study in Portuguese Acute Inpatient Setting. **Issues in Mental Health Nursing**, v. 40, n. 5, p. 399-404, maio 2019.

LLOYD, C.; WONG, S. R.; PETCHKOVSKY, L. Art and Recovery in Mental Health: a Qualitative Investigation. **British Journal of Occupational Therapy**, v. 70, n. 5, p. 207-214, maio 2007.

MACHADO, Cintia Cavalcante. **Contribuições da arte enquanto recurso terapêutico na clínica psicossocial**. 2016. Monografia (Especialização em saúde mental e atenção básica) - Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública, Salvador, 2016.

MAKIN, S.; GASK, L. ‘Getting back to normal’: the added value of an art-based programme in promoting ‘recovery’ for common but chronic mental health problems. **Chronic Illness**, v. 8, n. 1, p. 64-75, out. 2011.

MARTINS, M. M. M. **Arteterapia com adolescentes: uma proposta de intervenção**. 2011. Dissertação (Mestrado em Psicologia Educacional) – Centro Universitário FIEO, Osasco, 2011.

MEDEIROS, A. M. Práticas integrativas e complementares no SUS: os benefícios do Yoga e da Meditação para a saúde do corpo e da alma. **Revista Eletrônica Correlatio**, São Paulo, v. 16, n. 2, p. 283-301, dez. 2017.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: Método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto & Contexto – Enfermagem**, Florianópolis, v. 17, n. 4, p. 758-764, dez. 2008.

METZGER, C. Sublimação: laço entre arte e clínica. **Stylus**, Rio de Janeiro, n. 31, p. 133-143, out. 2015.

NAN, J. K. M.; HO, R. T. H. Effects of Clay Art Therapy on Adults Outpatients with Major Depressive Disorder: A Randomized Controlled Trial. **Journal of Affective Disorders**, v. 217, n. 1, p. 237-245, ago. 2017.

PÉNZES, I. *et al.* How Art Therapists Observe Mental Health Using Formal Elements in Art Products: Structure and Variation as Indicators for Balance and Adaptability. **Frontiers in Psychology**, v. 9, n. 1611, p. 1-13, set. 2018.

REGEV, D.; COHEN-YATZIV, L. Effectiveness of Art Therapy With Adult Clients in 2018—What Progress Has Been Made?. **Frontiers in Psychology**, v. 9, p. 1-19, ago. 2018.

REIS, A. C. dos. Arteterapia: a Arte como Instrumento no Trabalho do Psicólogo. **Psicologia: Ciência e Profissão**, Brasília, v. 34, n. 1, p. 142-157, 2014.

REYNOLDS, M.; NABORS, L.; QUINLAN, A. The Effectiveness of Art Therapy: Does it Work?. **Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association**, v. 17, n. 3, p. 207-213, 2000.

RIBEIRO, S. F. R. Grupo de expressão: uma prática em saúde mental. **Revista da SPAGESP**, Ribeirão Preto, v. 8, n. 1, jun. 2007.

SCOPE, A.; UTTLEY, L.; SUTTON, A. A qualitative systematic review of service user and service provider perspectives on the acceptability, relative benefits, and potential harms of art therapy for people with non-psychotic mental health disorders. **Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice**, Londres, v. 90, n. 1, p. 25-43, mar. 2017.

SEI, M. B. **Arteterapia com famílias e psicanálise winnicottiana**: uma proposta de intervenção em instituição de atendimento à violência familiar. 2009. Tese (Doutorado em Psicologia) – Universidade de São Paulo, São Paulo, 2009.

SPANDLER, H. *et al.* Catching life: the contribution of arts initiatives to recovery approaches in mental health. **Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing**, v. 14, n. 8, p. 791-799, dez. 2007.

STICKLEY, T.; HUI, A. Arts In-Reach: taking ‘bricks off shoulders’ in adult mental health inpatient care. **Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing**, v. 19, n. 5, p. 402-209, jun. 2012.

TANSELLA, C. The long and winding journey of Outsider Art. An historical perspective. **Epidemiologia e Psiquiatria Sociale**, Cambridge , v. 16, n. 2, p.132-138, 2007.

TEGLBJAERG, H. S. Art Therapy May Reduce Psychopathology in Schizophrenia by Strengthening the Patients' Sense of Self: A Qualitative Extended Case Report. **Psychopathology** , v. 44, n. 5, p. 314-318, 2011.

UNIÃO BRASILEIRA DE ASSOCIAÇÕES DE ARTETERAPIA. 2021. Disponível em: <https://www.ubaatbrasil.com/>. Acesso em: 24 maio 2021

VAN LITH, T. Art Making as a Mental Health Recovery Tool for Change and Coping. **Journal of the American Art Therapy Association**, v. 31, n. 1, p. 5-12, 2015.

VAN LITH, T.; FENNER, P.; SCHOFIELD, M. The lived experience of art making as a companion to the mental health recovery process. **Disability and Rehabilitation** , v. 33, n. 8, p. 652-660, 2011.

VAN LITH, T.; SCHOFIELD, M.; FENNER, P. Identifying the evidence-base for art-based practices and their potential benefit for mental health recovery: A critical review. **Disability and Rehabilitation** , v. 35, n. 16, p. 1309-1323, ago. 2013.

VARGAS FILHO, L. **A Arteterapia como Facilitadora do Processo de Individuação**. 2007 . Monografia (Especialização em Arteterapia) – ISEPE, Rio de Janeiro, 2007.

WHITTEMORE, R; KNAFL, K. The integrative review: updated methodology. **Journal of Advanced Nursing**, 52 , n. 5, p. 546-553, dez. 2005.

# FREUD E A CRIAÇÃO POÉTICA: O PSIQUISMO ENTRE A PSICANÁLISE E A LITERATURA

FREUD AND POETIC CREATION: THE PSYCHE  
BETWEEN PSYCHOANALYSIS AND LITERATURE

GUSTAVO EVANGELISTA GONÇALVES <sup>1</sup>  
DANIELA PEROCCO ZANATTA <sup>2</sup>

## RESUMO

---

Literatura e psicanálise já se relacionam naturalmente sobre muitas perspectivas, neste estudo de revisão narrativa objetivamos mostrar as principais formas com as quais Freud pensou dentro da psicanálise o tema da criação poética, assim como, trazer um esboço do porque de seu interesse em aproximar estes campos à sua teoria, e os respectivos desdobramentos destas aproximações. Todas estas questões se encontram emaranhadas em uma vasta gama de textos, que perpassam por vários tempos e contextos da teoria psicanalítica, no presente trabalho nos propomos a lançar luz sobre algumas destas perspectivas, sempre pautados no aspecto da criação das obras literárias. Durante um primeiro tempo da teoria psicanalítica, a criação poética para Freud tinha suas fontes nos materiais recalcados inconscientes; após algumas mudanças na psicanálise, sobre a forma de se compreender as dinâmicas psíquicas, a criação passa a ser mencionada por Freud contendo suas fontes no vasto campo dos afetos do homem, no campo das pulsões.

**Palavras-chave:** Freud; psicanálise; criação poética; sublimação; pulsão; literatura; arte .

---

1 Graduando em Psicologia pela Universidade FUMEC.

2 Orientadora, Doutora. Professora da Universidade FUMEC – Brasil. [daniela.zanatta@fumec.br](mailto:daniela.zanatta@fumec.br)

**A B S T R A C T**

---

*Literature and psychoanalysis are already naturally related from many perspectives, in this narrative review study we aim to show the main ways in which Freud thought about the theme of poetic creation within psychoanalysis, as well as to bring an outline of why he was interested in approaching these fields to his theory, and the respective developments of these approximations. All these issues are entangled in a wide range of texts, which span various times and contexts of psychoanalytic theory, in this work we propose to shed light on some of these perspectives, always guided by the aspect of the creation of literary works. During an early period of psychoanalytic theory, poetic creation for Freud had its sources in unconscious repressed materials; after many changes in psychoanalysis on the way to understand psychic dynamics, creation starts to be mentioned by Freud, containing its sources in the vast field of human affections, in the field of drives.*

**Keywords:** *Freud; psychoanalysis; poetic creation; sublimation; drive; literature; art.*

## 1 INTRODUÇÃO

Sigmund Freud foi um grande apreciador das artes e da literatura, durante o desenvolvimento da psicanálise, fez diversas aproximações e articulações destes campos à esta. Suas publicações de forma geral se dão em torno da perspectiva de que os campos da arte e da literatura, assim como a figura do artista e do escritor compartilham com a psicanálise a construção de um meio que possa dar forma e significado as questões da alma humana; sendo assim, podemos destacar que existe uma relação de contiguidade entre, arte e literatura com a clínica psicanalítica, no sentido de estarem todos enredados nos territórios do psíquico.

O estudo das relações entre os estados psíquicos dos sujeitos e o social são temáticas centrais em psicanálise, e a partir desse enredamento, a arte e a literatura se tornaram para Freud um campo de estudo e observação sobre as questões da alma, um espelho do ser humano em seus processos multifatoriais. Em diversos trabalhos envolvendo as temáticas artísticas são destacados a existência desta contiguidade entre o território psicanalítico, a literatura e as artes, a partir de um forte envolvimento com as dinâmicas psíquicas em suas relações com o social (CHAVES, 2017). É possível encontrar

na literatura e nas artes, diversos exemplos, representações e manifestações dos processos e dinâmicas do mundo psíquico em geral.

Partindo desta mesma perspectiva, objetivamos expor a literatura como arte, que trata da criação de textos, englobando as diversas formas e estilos literários que passam pela via da criatividade, como a poesia, as novelas, os contos, as composições, e etc., pautados mais objetivamente nos processos de criação das obras literárias e algumas de suas relações e desdobramentos analisados por Freud em significativos trabalhos.

## 2 METODOLOGIA

Este estudo de revisão narrativa visa levantar bibliografias que promovam uma discussão psicanaliticamente fundamentada, envolvendo o processo de criação poético e a literatura, ressaltando a importância e utilidade da arte e da literatura dentro do campo psicanalítico, assim como algumas mudanças no modo de Freud compreender a estes territórios. Utilizaremos como norte principal dois textos de Freud, são estes: “O poeta e o fantasiar” (1908) e o ensaio “*Das Unheimliche*” (1919), o primeiro está situado num primeiro tempo da teoria psicanalítica, enquanto o segundo se encontra em uma passagem rumo à novas concepções das dinâmicas psíquicas, diferentes das anteriores. Uma vez que ambos os textos se relacionam à arte e literatura, buscaremos demonstrar o quão as perspectivas de Freud sobre estes campos mudaram entre estes dois tempos na teoria psicanalítica a ser destacados, e, o quão essas mudanças relacionam-se e repercutem na própria psicanálise.

## 3 O PRINCÍPIO DE PRAZER E ALGUMAS DINÂMICAS PSÍQUICAS

Faremos uma conceitualização inicial e sucinta de alguns conceitos fundamentais para uma compreensão geral das dinâmicas psíquicas propostas pela psicanálise, importantes durante o desenvolvimento do texto. No

inconsciente (ics), existe um excesso energético que o tensiona e que impõe a necessidade de escoar a energia para aliviar a tensão. Escoar toda a energia é impossível, portanto, ela tem de ser representada, nas representações temos dois processos, no primeiro a energia se condensa de forma que em um único representante se aglutinam grande parte deste excesso; e no segundo a energia se liga em cadeia de maneira que consiga se deslocar entre os representantes ligados. (GARCIA-ROZA, 2009 ; NASIO, 1995)

A energia que se liga no inconsciente está em rumo ao sistema pré-consciente/consciente que, “[...] lembra as exigências da realidade e incita à moderação.” (NASIO, 1995, p. 21) e neste sistema também temos os representantes, o ganho de prazer é objetivado, porém as exigências da cultura, da realidade, se impõem na tarefa de redistribuir a “[...] energia ligada e escoá-la lentamente, seguindo as indicações do princípio de realidade. (NASIO, 1995, p. 22)”; Com isto, implicitamente temos de um lado a ideia de um sistema inconsciente, e uma denominação dos sistemas pré-consciente (pré-cs) e consciente (cs); o que “separa” estas duas instâncias psíquicas é denominado por Freud como o recalçamento. Antes de trazermos uma noção do conceito de recalçamento e posteriormente do princípio de realidade, convém esclarecer que esta busca por escoar a energia, para aliviar a tensão é análoga à uma tendência de reencontrar uma sensação absoluta de prazer experienciada e perdida nos primórdios da vida psíquica na relação com o outro materno. A incessante busca por significação de algo que sempre escapa e excede qualquer representação, que foi perdido para sempre, por isso impossível, eis a fonte inesgotável do desejo. (GARCIA-ROZA, 2009 ; NASIO, 1995)

Retornemos então à algumas noções sobre o recalçamento. A primeira é que se imaginarmos uma linha reta, e em uma extremidade o sistema inconsciente, e noutra extremidade o pré-cs /cs, o que chamamos de representações tanto ics quanto às representações pré-cs/cs estariam dispostas entre estas 2 extremidades; no exato meio desta linha horizontal teríamos uma linha vertical entre 2 polos, de um lado o sistema ics e as representações ics que visam o prazer absoluto, impossível, e de outro o pré-cs/cs que também objetiva o prazer, e o obtém há um custo, de forma controlada, moderada e lenta. (NASIO, 1995)

Existe no sistema inconsciente uma tendência à descarga e uma organização de um movimento em direção a satisfazê-la, o recalque “barra” a satisfação completa e imediata, mas parte desta energia consegue atravessá-lo e irromper nos sistemas pré-cs/cs. Esta parte de energia que fica e esta outra que consegue atravessar o recalque se relacionam às suas funções de tanto evitar o desprazer, quanto evitar o risco extremo que o eu correria ao tentar satisfazer diretamente esta exigência. Os elementos que conseguem atravessar o recalque, chegam à consciência disfarçados, surpreendendo o sujeito, “Eles aparecem na consciência, portanto, mas permanecem incompreensíveis e enigmáticos para o sujeito.” (NASIO, 1995, p. 22).

Esta passagem de materiais ics para o pré-cs /cs consegue descarregar parte da energia de forma parcial e substitutiva, muito distante do ideal inconsciente hipotético de atingir a satisfação absoluta, enquanto a parte de energia que fica se liga novamente, tensionando o aparelho psíquico. O material ics que atravessa o recalque é a fonte dos conteúdos oníricos, das fantasias e das formações de sintomas; é importante junto a isso ressaltar que o funcionamento psíquico apresentado, “[...] é marcado pelo conflito entre os sistemas.” (GARCIA-ROZA, 2009 , p. 77), ou seja, é o ics quem demanda prazer.

O prazer ics não é análogo ao pré-cs/cs, não raramente irrompe nestes sob forma desprazerosa aos sujeitos, um incômodo, um sofrimento neurótico num sujeito às voltas com seus sintomas, ou, simplesmente emerge como algo obscuro e estranho na consciência. O princípio de realidade que faz oposição ao princípio de prazer, não consegue impedir que este cumpra seu objetivo totalmente, nos trazendo a questão de que há uma primazia do princípio de prazer sobre o princípio de realidade, e que é a relação conflituosa entre os dois sistemas que governam as dinâmicas da vida psíquica (NASIO, 1995). É a este ponto que almejamos chegar com esta sucinta explanação de conceitos, dinâmicas e funcionalidades do aparelho psíquico e seus sistemas no que concernem há um certo período na obra freudiana que vai de 1900 à 1920; Para então introduzirmos o texto “O poeta e o fantasiar” de 1908, época em que a clínica psicanalítica se orientava pela primazia do princípio de prazer sobre o de realidade, sendo os sonhos, as fantasias, os sintomas e toda a gama de fenômenos clínicos compreendidos sobre a perspectiva de que nestes há

sempre um ganho de prazer inconsciente, portanto, são realizações de desejos, que dizem sobre uma tendência inconsciente ao retorno.

## 4 O POETA E O FANTASIAR (1908)

A criação literária vem acompanhando o desenvolvimento das civilizações humanas desde os tempos mais longínquos em que se há o registro da linguagem até a atualidade. Diante deste vasto arcabouço, num texto de nome “O poeta e o fantasiar” de 1908, S. Freud fez uma indagação: - “[...] de onde o poeta [*Dichter*], essa extraordinária personalidade extrai seus temas [...] (FREUD, 1908, 2017, p. 53)”. A palavra alemã *Dichter* que aqui estamos nos referindo como “o poeta”, deve ser entendida com o sentido de “o criador”, aquele que faz da escrita uma via para a criação artística, o que envolve não só aos versos que conhecemos por poesia, como também as novelas, romances e contos dos mais variados estilos. (CHAVES, 2017)

Logo de início, uma questão é colocada: os próprios poetas, quando perguntados de onde vem a fonte de seu fazer artístico não conseguem expressar numa denominação objetiva, uma descrição de quais seriam os processos nem da onde surgem os temas de suas criações. Contudo, ao afirmar que “o próprio poeta gosta de reduzir a distância entre o que lhe é singular e a essência humana em geral [...]” (FREUD, 1908, 2017, p. 53); fica implícita a informação de que o fazer poético é atravessado pelo psiquismo, porque aponta para uma relação entre a criação poética e algo da dimensão da essência do ser humano. Sendo assim, alguma atividade psíquica comum em todos os sujeitos pode conter a resposta à indagação inicial, e Freud neste texto, começa a procurá-la já nos tempos de infância, o brincar.

“O poeta faz algo semelhante a criança que brinca; ele cria um mundo de fantasia que leva a sério [...] formado por grande mobilização afetiva, na medida em que se distingue rigidamente da realidade” (FREUD, 1908, 2017, p. 54). A criança brincando transfere materiais de sua própria psique para objetos e contextos do mundo externo, numa grande mobilização afetiva, criando um mundo fantasioso a partir dos contextos de suas brincadeiras; o brincar seria uma forma de projetar conteúdos do desejo inconsciente.

Freud aponta haver relação entre o fazer poético e o brincar, no sentido de uma mobilização afetiva na criação de um mundo destoante do real, o que se aproxima da constituição do fantasiar no psiquismo. Na fantasia, “passado, presente, futuro se alinham como um cordão percorrido pelo desejo” (FREUD, 1908, 2017, p. 58).

Existe um desejo enlaçado nas fantasias que objetiva retornar a uma sensação absoluta de prazer; o fantasiar acontece em três tempos. No presente, uma impressão capaz de despertar uma forte lembrança de um desejo realizado no passado, na vida infantil, sobre o qual, se projeta fantasticamente uma perspectiva de futuro onde tal desejo pode de alguma forma ser novamente realizado; fantasiar.

Até este momento Freud está nos dizendo que a fantasia é algo comum a todos os homens como forma de “contornar” a realidade insatisfatória, ao sustentar uma própria, sendo assim, o termo desejo remete-nos tanto a noção de retorno a uma experiência do passado, quanto a de uma organização da pulsão em um direcionamento. Portanto, as fantasias são como uma forma de inscrição deste desejo em uma orientação, a uma representação de futuro desejada, construída, porém, a partir de uma noção do passado, da busca inconsciente por algo perdido na história do desenvolvimento do sujeito. Esta busca por prazer pertence ao inconsciente, e é governada pelo princípio de prazer (prazer eminente); a este se opõe o princípio de realidade, que o modera, entretanto, ao mesmo tempo em que o impõe limites, possibilita por meios variados que sua meta original seja ao menos parcialmente cumprida. (GARCIA-ROZA, 2009 ; NASIO, 1995)

Em “O poeta e o fantasiar”, o próprio Freud admite que acaba se referindo mais às relações entre fantasia e desejo, do que ao poeta e a criação literária, todavia, a analogia fantasiar e fazer poético, “apesar de precária” (p. 62), seria “uma primeira aproximação com seu real conteúdo” (FREUD, 1908, 2017, p. 62); tal qual as fantasias e os sonhos, as criações literárias seriam vistas como realizações de desejos. Pautado nisso, Freud propõe uma maneira de se compreender o ato criativo:

Uma forte vivência atual, deve despertar no poeta a lembrança de uma vivência antiga, em geral uma vivência infantil, da qual então, parte o desejo que será realizado na criação literária; a própria criação literária permite que se reconheçam tanto elementos de acontecimentos recentes quanto também antigas lembranças. (FREUD, 1908 , 2017, p. 62).

Fantasia e desejo neste texto são colocados como uma espécie de fonte do fazer poético, a medida em que Freud reconhece na literatura expressões de materiais inconscientes, passíveis de várias analogias com os contextos históricos e psíquicos de seu criador, contudo, criação e obra contêm em si todos estes aspectos, sem se reduzir a nenhum.

Ao final do texto, uma diferença crucial entre fantasiar e criação poética é colocada; o adulto esconde suas fantasias por inibições culturais e sociais, e mesmo que não o fizesse, os conteúdos destas não seriam motivos para apreciação e/ou relevância social, as fantasias das pessoas por si só não são um fazer artístico, e não carregam motivos para serem consideradas enquanto tais. No entanto, a medida em que se aproximam as constituições do fantasiar e do processo de criação, e, à medida em que nas obras pode-se encontrar rastros, indícios do psiquismo do autor e de sua respectiva história de vida, como fez Freud em vários textos, então se constitui a “*ars poetica*” (FREUD, 1908 , 2017, p. 64), ou seja, de alguma forma, o poeta seria capaz de transformar esses conteúdos inconscientes os devolvendo em sua obra com outro aspecto, algo elevado e reconhecido socialmente: “Como o poeta realiza isso, eis aí o seu segredo mais íntimo [...]” (FREUD, 1908 , 2017, p. 64).

Esta fórmula utilizada por Freud em “O poeta e o fantasiar” (1908), pode ser vista em quase todos os seus trabalhos sobre temáticas artísticas. Demasiadas foram as críticas, principalmente de artistas e estudiosos de arte a estes: “[...] a articulação feita por Freud entre vida e obra do escritor ou do artista foi acusada de reduzir a obra à neurose de seu autor e, com isso, ignorar a autonomia própria à obra, à sua forma, criando assim um obstáculo a sua leitura e compreensão.” (CHAVES, 2017, p. 10). Trabalhos como: “Leonardo da Vinci e uma lembrança de sua infância (1910)” e “O Moisés de Michelangelo (1914)” entre outros, em que Freud estabelece íntimas rela-

ções entre as obras e histórias de vida, conflitos psíquicos de seus criadores, causaram grande alvoroço a época de seus lançamentos, sendo duramente criticados por reduzirem o conteúdo e autonomia de uma obra, à história de vida, sintomas neuróticos e fantasias do artista quem as criou.

Entretanto, podemos ler estes textos sobre outra perspectiva, como afirma Rocha (2010) sobre o papel da arte e da literatura nos textos freudianos: “Em momentos decisivos do estabelecimento de determinadas teses da metapsicologia, o recurso ao debate interpretativo acerca de figuras e experiências artísticas provê aportes fundamentais para a configuração e consolidação das mesmas.”(p. 7), com isto, o autor nos deixa a questão de que tanto a arte quanto a literatura servem à Freud como um modelo das dinâmicas psíquicas. Logo, não se tratam de determinações e sim de aproximações, que por sua vez nos revelam que a arte e a literatura têm profundas relações com os sintomas neuróticos, sonhos e fantasias, porque também são expressões de algo que se encontra na dimensão da essência do ser humano. Mas, apesar de guardarem íntimas relações com a neurose, podendo inclusive ser explicitadas como realizações de desejo; as obras de arte sofrem um desvio, uma transformação na meta da satisfação pulsional, produzindo um objeto de valor social, estético, cultural; esta transformação é próxima há um conceito psicanalítico, que Freud refere-se como sublimação, um dos destinos da pulsão na cultura.

## 5 SUBLIMAÇÃO E PRINCÍPIO DE PRAZER

Estamos nos referindo à sublimação, por ora, sobre a primazia do princípio de prazer; mas independente disto é necessário pontuar que este conceito não tem uma definição clara de seus processos, o artigo sobre sublimação se é que foi escrito por Freud, nunca chegou a ser publicado. Falta a este conceito uma descrição teórica em todos os aspectos, não obstante, em uma extensa gama de textos este é mencionado sobre diversas perspectivas; genericamente para se referir a processos pelos quais a satisfação pulsional é desviada de seu objetivo direto, alcançando representações outras, valorizadas culturalmente. E ainda, mesmo indiretamente a partir de um desvio de sua

meta, conseguem obter a satisfação pulsional. (LAPLANCHE; PONTALIS, 1987, 2001; ROCHA, 2010)

A respeito da pulsão, no que concerne à primeira teoria pulsional também sobre a primazia do princípio de prazer, é uma força originalmente corporal que invade o psiquismo, a qual este não pode evitar. Segundo Laplanche e Pontalis, (1987, 2001) esta é uma “[...] força submetida exclusivamente ao princípio de prazer, dificilmente “educável” [...] ameaçando constantemente do interior o equilíbrio do aparelho psíquico[...]”(p. 403); e se opõe às pulsões de autoconservação, que visam a conservação do organismo.

O conceito de sublimação está intrinsecamente ligado à teoria das pulsões, sublimar refere-se há: “[...] certos tipos de atividades alimentadas por um desejo que não visa, de forma manifesta, um objetivo sexual “[...] É numa transformação das pulsões sexuais que Freud procura a causa última destes comportamentos.” (LAPLANCHE; PONTALIS, 1987, 2001, p. 495). Ainda podemos destacar que é por meio da sublimação que se produz a cultura, sendo a elaboração artística e intelectual os tipos mais elevados; destas, a sublimação pela via artística é colocada por Freud como a mais rara derivação quanto ao objeto pulsional.

No texto “O poeta e o fantasiar” (1908), principalmente por tematizar questões inerentes à criação artística e na época de sua escrita o princípio de prazer ser central nas teorias psicanalíticas, podemos relacioná-lo a esta compreensão de sublimação apresentada, principalmente no que concerne a transformação no conteúdo das fantasias pelo poeta, segredo de sua “*ars poética*”. A seguir, vamos contextualizar o ensaio “O infamiliar” (FREUD, 1919), para então retomar algumas considerações sobre o conceito de sublimação que sofre algumas mudanças após 1920; mudanças que podem ser relacionadas em parte ao que é proposto no referido ensaio.

## 6 O INFAMILIAR [DAS UNHEIMLICHE] (1919)

Se dissemos anteriormente que os trabalhos de Freud envolvendo as temáticas artísticas foram alvos de duras críticas por inscrever certo determinismo da vida/psiquismo do artista/escritor sobre a obra; é justamente

em “O infamiliar” (1919), o único texto do autor especificamente sobre arte/literatura que, segundo Chaves (2017): “[...] escaparia ao determinismo da vida sobre a obra.” (p. 11). A expressão infamiliar, denomina tanto um sentimento particular da ordem do horror, quanto um conceito da estética, assim como um efeito causado por algumas obras de cunho fantástico. O prefixo alemão “*Un*” denota uma negação assim como o português “*In*”; já a palavra “*heimlich*”, se aproxima do que podemos conceituar como “lar”, assim sendo, tem um sentido de familiaridade, logo, “*unheimliche*” (*infamiliar*) à primeira vista faz uma oposição a “*heimlich*” (*familiar*), remetendo assim, ao não-familiar. (CHAVES; TAVARES, 2020)

Diversas traduções já foram propostas em português e outras línguas, e costumam: “[...] oscilar entre palavras como ‘estranho’ e ‘inquietante’, ou por locuções como ‘estranho-familiar’.”(CHAVES in CHAVES ; TAVARES, 2020, p. 10-11); todas de algum aspecto abrangem uma das perspectivas da palavra raiz, sem nunca conseguir uma definição equivalente de sua totalidade. Porém, com a expressão “O infamiliar”, podemos conservar parte da ambivalência presente na palavra original. Observemos algumas particularidades do uso da palavra familiar em português: “seu rosto me é tão familiar [mas não me lembro de onde]” (p. 10), ou, “isso me soa familiar [embora pareça estranho]” (p. 10). Com isto, estamos diante de contextos ambíguos, no uso da palavra familiar, que pode ser usada para expressar tanto o sentido de algo conhecido e íntimo, como de desconhecido e estranho, “[...] esquecido e oculto de, e em nós mesmos.”(CHAVES in CHAVES; TAVARES, 2020, p. 11), portanto in-familiar.

A localização temporal deste ensaio na obra de S. Freud também explicita parte do que nele está em jogo: as primeiras menções de Freud sobre o escrito se dão aproximadamente ao início de 1914 ao estourar da 1ª guerra, mesma época dos escritos da metapsicologia; lembremos que, o projeto de Freud nestes escritos era o de redigir 12 artigos, dos quais apenas cinco foram publicados. Entre os que nunca foram publicados ou escritos, se encontra o já referido anteriormente, artigo sobre a sublimação. Estes artigos da metapsicologia se fundamentam principalmente no princípio de prazer e no primeiro dualismo pulsional (pulsões sexuais e pulsões de autoconservação); contudo, o ensaio completo que trata sobre o tema do infamiliar foi terminado e publicado somente em 1919. Podemos destacar um período de tempo na psica-

nálise entre 1900 e 1919, iniciado no texto sobre a interpretação dos sonhos, marcando o discurso do desejo, o primeiro dualismo pulsional, e o princípio de prazer, como conceitos centrais na clínica e teoria psicanalítica. (GARCIA-ROZA, 2009 ; NASIO, 1995; CHAVES, 2017 ; CHAVES; TAVARES, 2020).

Em 1920, com a publicação de “Além do princípio de prazer”, e a entrada do conceito de pulsão de morte, o princípio de prazer perde sua soberania nas dinâmicas inconscientes e a primeira teoria pulsional sofre grandes modificações, com a vinda do segundo dualismo pulsional, pulsões de morte/pulsões de vida. Voltaremos ao conceito de pulsão de morte posteriormente, por ora, objetivamos mostrar que o ensaio “O infamiliar” (1919), situa-se literalmente entre estes dois tempos do pensamento psicanalítico, e que podemos encontrar nele, uma espécie de cisão com todos os outros textos freudianos que tratam de literatura/arte. Em “O infamiliar” não há, “[...] uma estrita correlação entre vida e obra dos artistas e/ou escritores estudados [...] as expressões artísticas passariam a ganhar certa autonomia [...]” (CHAVES in CHAVES ; TAVARES, 2020, p 153 ).

Grande parte deste ensaio é a análise do léxico semântico desta expressão alemã em prol de levantar quais condições fazem do íntimo e familiar algo estranho e aterrorizante. Freud faz uma extensa análise dos usos e conceitos de “*heimlich e unheimliche*”, e com isso algumas classes centrais de oposições são destacadas: se familiar nos remete ao que é de casa, logo sua oposição é a rua, o público; Se nos remete a confiança, proximidade, se opõe à distância, a desconfiança; Como oculto e íntimo, opõe-se ao que aparece revelado para todos; enquanto vivo e humano, opõe-se ao morto, ao inumano.

Em primeira vista, tem-se a impressão de que, de um lado está o familiar e de outro o infamiliar, mas, quando Freud vai observando estas séries de oposições, suas definições em dicionários e contextos de uso na língua, percebe, que um termo parece derivar de um lado para o outro, de maneira que as fronteiras entre familiar e infamiliar se indeterminam. (DUNKER in CHAVES; TAVARES, 2020 )

No início do texto, Freud pontua que: “O psicanalista apenas raramente se sente estimulado a investigações estéticas, mesmo que ele não restrinja a estética à doutrina do belo, mas a descreva como a doutrina das qualidades do nosso sentir.”(FREUD, 1919 , 2020, p. 29); acrescenta que, o psicanalista

trabalha em outras dimensões, aquelas da estética, com as quais ele têm pouco a fazer, entretanto, “[...] pode se interessar por um domínio específico da estética [...] comumente deixado de lado, negligenciado pela literatura especializada. [...] Algo desse domínio é o infamiliar.” (FREUD, 1919; CHAVES; TAVARES, 2020, p. 29).

Em seguida, propõe uma compreensão de estética para além daquilo que é belo e elevado nas diversas formas artísticas, ao conceituar estética como o estudo das qualidades do sentir. As matérias da estética da época são acusadas por Freud de priorizar os conceitos de belo, ao julgar a aparência e valores de objetos, ignorando aqueles que não cumpriam com este padrão e ideal: “[...] em geral, ocupam-se de preferência dos sentimentos belos, grandiosos, atraentes, ou seja, dos sentimentos positivos, e de suas condições e dos objetos que eles evocam, em vez dos contraditórios, repugnantes, penosos.” (FREUD, 1919, 2020, p. 31).

Lembremos que, o que está em jogo no texto é o sentimento do infamiliar, que remete à angústia, ao estranhamento e horror. Por isso, Freud redefine a estética como o estudo das qualidades do sentir, no sentido de preocupar-se com os processos e constituições dos diversos sentimentos que uma obra proporciona, ao invés de classificar-se por uma forma idealizada em padrões estéticos de beleza; para então, trazer o tema do infamiliar e o interesse da psicanálise neste tipo de sentimento da dimensão do horror, tão desprezado nos valores estéticos de seu contemporâneo.

O infamiliar, como dissemos, é um texto em que podemos encontrar uma espécie de cisão com outras obras e conceitos em vários sentidos, uma delas é a já exposta noção de estética como as qualidades do sentir, o que implica no tema do infamiliar como produção artística. Com isto, além de uma cisão com o pensamento da estética de sua época calcada nos conceitos clássicos de belo, grandiosidade e valor sociais, para se considerar uma obra de arte; ele produz indiretamente, uma cisão com o conceito de sublimação. A seguir, esboçaremos melhor esta compreensão.

No segundo capítulo, Freud recorre às obras de um autor de um tipo específico de escrita, situado no vasto campo do realismo fantástico: E.T.A Hoffmann, descrito por ele como o mestre do infamiliar na escrita, com contos que:

[...] relembram o horror, o medo, a angústia causada pelo mundo dos fantasmas, as assombrações e os duplos [...]” (p.156); Com isto, o tipo de obra artística escolhida por Freud para estudar os efeitos do infamiliar não apresenta, “[...] nada que acene a uma espécie de destinação das belas artes, para encantar e apaziguar angústias e insatisfações. (CHAVES in CHAVES ; TAVARES, 2020, p. 156 ).

Ou seja, ao dizer que o infamiliar tem relação com o mais íntimo e obscuro dos sujeitos, que se manifesta como “[...] o que deveria permanecer em segredo oculto, mas veio à tona” (FREUD, 1919, 2020, p. 45), e ao trazer a obra de Hoffmann como exemplo, e campo de observação dos fenômenos por trás deste tipo de sentimento, Freud caminha a uma compreensão do processo de criação distinta daquela proposta pela sublimação até o contemporâneo da publicação deste ensaio, porque os sentimentos que este tipo de literatura evoca e contém em si na constituição própria de seus temas, nada tem a ver com aquilo que é belo, grandioso e elevado, nem com o socialmente aceito, contudo são também criações artísticas, resultantes de sublimações.

O fato de Freud observar nas obras da literatura fantástica de Hoffman presente o sentimento de infamiliar, nos remete a questão de que o desvio na meta da satisfação pulsional para um objeto que a sublimação artística proporciona, não é necessariamente para um objeto positivo, ao contrário do que vinha sendo proposto em outros textos Freudianos sobre arte e menções do conceito de sublimação até então como derivando a meta da pulsão para objetos grandiosos e elevados socialmente. Com isso:

[...] o artista e a arte não mais pretendem imitar, reproduzir a realidade, mas sim percebê-la; e isso implica necessariamente o sentir, um sentir no qual o somático e o psíquico estão em permanente relação, mesmo que esta seja profundamente conflituosa e angustiante. (CHAVES, 2020; CHAVES; TAVARES, 2020, p. 158 ).

Segundo Chaves (2020 ), todas as formas deste sentir envolvidos na arte dizem, “[...] respeito ao corpo e suas intensidades, ao corpo como um aparelho perceptivo, por meio do qual o mundo nos penetra.” (CHAVES ; TAVARES, 2020, p. 157). Com isso, é interessante observar por ora que o

corpo e o psíquico se enlaçam quando se está em jogo o sentir, os afetos, e que, não só sentimentos positivos são produzidos com o sublimar, fazendo da ideia de um desvio na meta da satisfação para um objeto estimado de acordo com os padrões morais da cultura, obsoleta.

Podemos encontrar neste ensaio mudanças radicais no modo de pensar de Freud sobre diversas perspectivas para muito além das que brevemente expomos até aqui, mas de forma geral, essas mudanças se devem ao fato de que “[...] o funcionamento do aparelho psíquico a partir do princípio de prazer, começa a lhe parecer insuficiente.” (CHAVES in CHAVES ; TAVARES, 2020, p. 162 ).

Segundo Chaves (2020) “É possível afirmar igualmente que a experiência da primeira guerra contribuiu para provocar mudanças radicais no modo de pensar de Freud [...]” (CHAVES; TAVARES, 2020, p. 162). Os sintomas dos neuróticos de guerra assolados em seus sonhos pelas experiências traumáticas da guerra, não eram compatíveis com a postulação do funcionamento psíquico a partir do princípio de prazer, pois o que é revivido nos sonhos destes sujeitos não é uma experiência de prazer proibido, recalcada, e sim experiências traumáticas, as quais desejam esquecer. Assim, como no infamiliar, podemos inferir que o que movimenta esses tipos de expressões de materiais inconscientes está para além do funcionamento do princípio de prazer na vida psíquica.

Com o advento da primeira guerra mundial começam a cair certos ideais de “[...] uma soberania da razão sobre os instintos, da cultura sobre a barbárie, e no limite, da vida sobre a morte.” (CHAVES in CHAVES; TAVARES, 2020, p. 163). Podemos observar em “O infamiliar” (1919) uma série de movimentos na teoria psicanalítica, intrinsecamente relacionados a este contexto; no ano de sua publicação, o inventor da psicanálise passava por tempos difíceis, Segundo Rocha e Iannini (2020 ), “ ‘A verdadeira dieta de fome’, escreve Freud em seu diário coexistia com a falta de aquecimento, iluminação e serviços urbanos elementares e com o recrudescimento das epidemias, tais como a gripe espanhola, que vitimaria sua filha Sophie, em janeiro de 1920.” (CHAVES; TAVARES, 2020, p. 174).

Variadas são as articulações entre as cisões e disrupturas com a primazia do princípio de prazer enfrentadas pela psicanálise e seu criador frente os contextos da guerra, porém, todas elas confluem para a formulação do conceito de pulsão de morte em “Além do princípio de prazer” (1920), sobre o qual em “O infamiliar” (1919) publicado um ano antes, podemos observar uma espécie de prenúncio. “Depois de 1919, a doutrina freudiana, incorpora aos seus pressupostos a potência de morte, e entrevê discernir-lhe, para além da sua opacidade, certos contornos” (ROCHA; IANNINI ; CHAVES; TAVARES, 2020, p. 175)

Sobre a sublimação, podemos destacar que, análogo ao contexto da guerra, após “O infamiliar” em 1919, Freud a compreenderia como um processo que não mais produz apenas objetos elevados de acordo com a moral e padrões estéticos sociais; e que no centro do processo de criação estão intrincados não somente materiais recalcados que dizem sobre desejos inconscientes do criador, em resumo, no ensaio “O infamiliar” (1919) “[...] é a dimensão do irrepresentável que a estética fantástica performa com a roupagem do sobrenatural[...].” (ROCHA; IANNINI; CHAVES; TAVARES, 2020, p. 181).

A obra de Hoffmann como exposta por Freud, trabalha com matérias angustiantes e sombrios. A tese central de que o sentimento de infamiliar é o familiar recalcado é mantida do início ao final do texto, porém Freud, deixa implícito que, “[...] a partir do momento em que a investigação se aprofunda-se no âmbito da estética, essa tese seria suscetível de ter sua validade interpelada” (ROCHA, IANNINI; CHAVES; TAVARES, 2020, p. 196).

Lembremos, que a estética é proposta como o estudo das qualidades do sentir, dos afetos, com isto, fica implícita a questão de que o sentimento do infamiliar está para além do recalcado, porque Freud o expõe na dimensão de um afeto, um sentir, que se relaciona ao material inconsciente, mas que não deve ser confundido com este; seu caráter antitético, conflituoso e ambivalente nos faz remetê-lo para além do familiar esquecido, “[...] ao paradoxo, e à ambivalência do afeto, que decorre da natureza disruptiva das pulsões.” (ROCHA; IANNINI; CHAVES; TAVARES, 2020, p. 196).

A própria natureza das pulsões está em jogo no processo de criação artístico; lembremos que a pulsão busca sempre representar-se, e que o centro desta busca é a própria impossibilidade de reviver uma experiência perdida;

“O infamiliar” (1919), nos deixa a questão de que esta busca pulsional, este movimento de retorno da pulsão a partir das representações e passagens de materiais recalçados, nem sempre se dá na perspectiva de um retorno há um ideal de prazer, nem mesmo inconsciente.

Sustentando a ideia de que no infamiliar apesar de se relacionar ao recalçado está para além deste, Rocha e Iannini (2020), pontuam que: “Das unheimliche’ talvez seja o texto que nos coloca diante de certas vicissitudes estéticas da pulsão de morte” (CHAVES ; TAVARES, 2020, p. 176). Para demonstrar melhor esta colocação dos autores, a seguir traremos um esboço do conceito de pulsão de morte e algumas de suas repercussões, objetivamente sobre o conceito de sublimação.

## 7 SUBLIMAÇÃO E PULSÃO DE MORTE

É importante ressaltar que a entrada do segundo dualismo pulsional não nega ou substitui o princípio de prazer. Em “Além do princípio de prazer” (1920), Freud pontua que este é regido por um princípio de constância, que se constitui em reduzir ao máximo possível o nível de tensão no aparelho psíquico, porém, mantendo-a sempre num nível constante. Ao contrário deste princípio de constância, que rege o princípio de prazer e as pulsões de vida, está o princípio de nirvana, regente das pulsões de morte. O princípio de nirvana consiste em anular completamente a energia psíquica. Desta forma, diferente das pulsões sexuais que buscam retornar há uma experiência absoluta de satisfação, posterior ao nascimento; a pulsão de morte, objetiva retornar há um estado ainda anterior, visto que a energia que tensiona o aparelho psíquico é constante durante toda a vida, esgotá-la completamente é análogo a tornar o aparelho psíquico completamente nulo, e por sua vez à morte, um estado anterior a vida, ao inorgânico. Sendo assim, temos de um lado as pulsões de vida que objetivam retornar à experiência de satisfação absoluta, e de outro, as pulsões de morte que visam esgotar a energia completamente, retornando a um estado anterior à vida. (GARCIA-ROZA, 2009 ; METZGER; SILVA JUNIOR , 2010)

Uma vasta quantidade de questões surge a partir do segundo dualismo pulsional em Além do princípio de prazer; a seguir vamos expor algumas de suas consequências ao conceito de sublimação.

Pulsão de morte e de vida na maioria das vezes se encontram fusionadas uma à outra. “O aspecto disruptivo da pulsão de morte aparece na origem do psiquismo como fragmentação, dispersão, massa de identidades que, enlaçada pela pulsão de vida, sob o julgo do princípio de prazer, instaura os circuitos pulsionais.” (GARCIA-ROZA, 1990 *apud* RODRIGUES; GONDAR, 2018, p. 444). No segundo dualismo pulsional as pulsões sexuais e de auto-conservação passam a englobar as chamadas pulsões de vida, e, no cerne dos circuitos pulsionais se encontram pulsão de morte e de vida fusionadas uma à outra, estas relações entre as duas pulsões são o que possibilita a vida, e está no cerne das dinâmicas psíquicas.

No texto “O eu e o isso”, (1923), Freud postula que a sublimação se dá mediada pelo eu, na tarefa de transformar a libido ligada ao objeto em libido narcísica, derivando-a para outros objetivos. Esta transformação se dá a partir de uma dessexualização da libido objetual, na qual por sua vez ocorreria, “um novo destino pulsional, isto é, a desfusão das pulsões” (METZGER; SILVA JUNIOR, 2010, p. 569). Não entraremos especificamente em todas as perspectivas do texto “O eu e o isso” (1923), objetivamos expor apenas que a desfusão pulsional é um processo que desfundiria pulsão de vida e de morte, deixando-as livres dentro e fora do sujeito, “[...] promovendo a ambivalência em um espaço em que ela não existia e eventualmente gerando novas fusões [...]” (METZGER; SILVA JUNIOR, 2010, p. 569).

Duas consequências principais decorrem da desfusão pulsional no processo de sublimação, a primeira é que se a construção da cultura passa pela via da sublimação, agora, esta é a responsável pela desfusão pulsional, liberando a pulsão de morte livre para seguir sua tendência, gerando efeitos destrutivos nas próprias construções culturais, o que nos remete à compreensão da cultura enquanto um processo fluido de construções e desconstruções. A segunda consequência tem relações com a primeira, mas está voltada para o indivíduo a sublimar, mais objetivamente neste texto nos ocuparemos unicamente da sublimação artística por via da escrita. Em suma, a atividade poética para além de produzir obras permitindo a expressão de

materiais inconscientes, ligando a pulsão pela via da criação e permitindo certa inscrição na cultura, “teria como uma de suas consequências a desfusão e a liberação de pulsão de morte dentro do indivíduo” (METZGER; SILVA JUNIOR, 2010, p. 570).

Segundo Metzger e Silva Junior (2010), “Poucos autores se debruçaram de forma mais específica e sistemática sobre os efeitos mortíferos da sublimação” (p. 570). Para os fins deste trabalho vamos nos ater a informação de que as duas classes de pulsões estão sempre fusionadas, a desfusão separaria a pulsão de morte que permaneceria no indivíduo, segundo Birman “Operando fundamentalmente em silêncio [...] a pulsão de morte é o que não quer ser escrito ou falado, sendo, portanto, obstáculo à emergência da palavra.” (BIRMAN, 1989 *apud* CARVALHO, 2001 *apud* METZGER; SILVA JUNIOR, 2010, p. 571).

Sendo assim, podemos inferir, que a pulsão de morte, compreende a impossibilidade de representação, podemos expor o obstáculo à emergência da palavra citado pelo autor, na perspectiva de que a pulsão de morte não pode ser simbolizada a partir da escrita, é o que sobra no interior do sujeito após o processo de sublimação; aqui fazendo menção à criação poética, se pensarmos nesta como um processo contínuo, levando em consideração que a maioria dos escritores produz durante toda a vida; a pulsão de morte desfusionada pela sublimação poética emerge em sua dimensão disruptiva no interior do indivíduo como um sem representação, o que dificultaria a escrita. Todavia, a criação poética, enquanto atividade sublimatória, originaria também por influência da pulsão de morte o seu oposto, o sem representação. “Ou seja, se a escrita é processo de ligação e se constitui por meio da articulação de ideias e palavras, sua contrapartida anda sempre à espreita.” (METZGER; SILVA JUNIOR, 2010, p. 571). Em suma, a partir da sublimação as pulsões de vida seriam desviadas e derivadas para outra meta e objeto alheios a seus objetivos iniciais (sexuais), enquanto a pulsão de morte, desfusionada permanece no sujeito, segundo Metzger e Silva Junior (2010), “silenciosas, porém ativas” (p. 573).

## 8 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com o exposto até aqui, podemos fazer algumas considerações, começando a partir do ensaio “O infamiliar” (1919), onde fica implícita a questão de que no processo de criação estão envolvidas as qualidades do sentir. Já em “O poeta e o fantasiar” (1908) encontramos indiretamente esta perspectiva quando Freud postula que o fazer poético é atravessado pelo psiquismo e envolve uma grande mobilização afetiva por parte do poeta; Como as qualidades do sentir envolvem o corpo, como um aparelho perceptivo, se relacionam às naturezas pulsionais, visto que a pulsão é um conceito fronteiro entre o corpo e o psíquico.

Tanto durante a primazia do princípio de prazer quanto após o segundo dualismo pulsional, a criação artística se relaciona ao campo das pulsões, sobretudo quando consideramos a sublimação enquanto um desvio na meta e objetos da satisfação pulsional. Todavia, como procuramos esboçar, em “O poeta e o fantasiar” (1908), Freud coloca no cerne do processo artístico os materiais recalcados do desejo inconsciente expressos nas obras em diversas perspectivas, porém transformados, ganhando expressão em objetos elevados socialmente. Em “O infamiliar” acontece uma mudança nestas concepções, a medida em que as obras de Hoffmann são apontadas por Freud como capazes de dar certa consistência estética a este sentimento horrorífico, e por isso são utilizadas em prol de discernir melhor as especificidades por traz deste modo peculiar de sentir. É importante destacar que o ensaio “O infamiliar” (1919) é uma espécie de prenúncio do conceito de pulsão de morte, porque consiste em essência na ambivalência dos pares antitéticos de sentido emaranhados nesta expressão, que nos remetem à natureza disruptiva dos afetos no homem, onde se encontram as pulsões de vida e de morte sempre fusionadas.

A virada no conceito de sublimação em “O infamiliar” (1919) e após a pulsão de morte, se dá na perspectiva de que por meio desta não se chega somente ao sublime, de elevado valor moral e beleza estética. Todavia, sublimar ainda consiste em uma transformação das pulsões sexuais, que tem contidas em si a pulsão de morte. Sendo assim, levando em consideração a questão de que a pulsão de morte é o que excede a própria significação da palavra, e que o sublimar consiste em uma dessexualização da pulsão sexual

que implica em uma desfusão liberando a pulsão de morte no poeta, tendendo a gerar novas desfusões; em última análise, é o próprio irrepresentável da pulsão de morte, o qual o sentimento de infamiliar apontado por Freud procura contornar sem se reduzir a este; eis a fonte de sua natureza antitética, e ousamos dizer da própria intraduzibilidade de seu termo raiz, “*unheimliche*”, e mesmo, de sua complexa semântica em alemão.

Sobre a criação poética, resta observar que ao contrário do texto de 1908, em “O infamiliar” (1919) a fonte dos temas artísticos está para além das fantasias do desejo recalcado inconsciente; apesar de se relacionarem a estes, a essência de sua natureza se fundamenta no volátil e disruptivo campo pulsional; sendo assim, a partir do processo de sublimação (criação) deixando a pulsão de morte desfusionada, permanecendo incógnita no interior do sujeito como o que excede a significação pela palavra, ao entendermos a criação literária enquanto expressão dos afetos no homem; estaria a natureza irrepresentável da pulsão de morte por trás da organização dos processos criativos; o segredo mais íntimo dos poetas, como aponta Freud em 1908. Como pulsão original, primeira, a pulsão de morte, se configura como aquilo de mais íntimo no interior dos sujeitos, ultrapassando o sentido e a consciência, por se constituir antes mesmo da emergência da palavra. Já em “O poeta e o fantasiar” (1908) talvez Freud já desconfiasse destas questões, quando logo nas linhas iniciais do texto aponta que o próprio poeta de nada sabe dizer sobre a fonte de seus temas.

## REFERÊNCIAS

FREUD, Sigmund. **Arte, literatura e os artistas**. Tradução Ernani Chaves. Belo Horizonte: Autêntica Editora, 2017.

FREUD, Sigmund, 1856-1939. O infamiliar e outros escritos; seguido de O homem da areia, de E. T. A. Hoffmann. Tradução Ernani Chaves, Pedro Heliodoro Tavares (Freud), Romero Freitas (Hoffmann). 1. ed., 2. reimp. Belo Horizonte: Autêntica, 2020.

GARCIA -ROZA, Garcia Luiz Alfredo. **Freud e o inconsciente**. 24. ed. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 2009.

LAPLANCHE, J.; PONTALIS, J. B. **Vocabulário de psicanálise**. 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2001.

METZGER , Clarissa; SILVA JUNIOR, Nelson da. Sublimação e pulsão de morte: a defusão pulsional. **Psicol. USP**, São Paulo, v. 21, n. 3, p. 567-583, set. 2010. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-6564201000030007&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-6564201000030007&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 15 jun. 2021.

NASIO , J. D. **Introdução às obras de Freud, Ferenczi, Groddeck, Klein, Winnicott, Dolto, Lacan**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1995.

ROCHA , Guilherme Massara. **O estético e o ético na psicanálise**: Freud, o sublime e a sublimação. 2010. Tese (Doutorado em Filosofia) - Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2010. Disponível em: <https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/8/8133/tde-29112010-144750/pt-br.php>. Acesso em: 15 jun. 2021.

RODRIGUES , Alexandra Arnold; GONDAR, Jô. Elementos para repensar a sublimação: pulsão de morte e plasticidade psíquica. **Tempo psicanal.**, Rio de Janeiro, v. 50, n. 1, p. 236-257, jun. 2018. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0101-48382018000100012&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-48382018000100012&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 15 jun. 2021.

# MATERNIDADE COMPULSÓRIA: ASPECTOS SOCIAIS E PSÍQUICOS

COMPULSORY MATERNITY: SOCIAL  
AND PSYCHOLOGICAL ASPECTS

JOSIMERI RAIDER DE ALMEIDA<sup>1</sup>  
CARMEN RODRIGUES SCHIFFER<sup>2</sup>

## RESUMO

---

Essa pesquisa foi realizada por meio de uma revisão bibliográfica de vários autores e tem por finalidade explorar os fatores que levaram a uma construção social em torno da maternidade, revelando como gradativamente foi construída a ideia de que o papel central da mulher na sociedade é ser mãe, baseado no fator biológico e de gênero, constituindo a chamada maternidade compulsória. Dessa forma, revela alguns desdobramentos sobre essa pressão social e o machismo estrutural sofrido pelas mulheres, inclusive as que optam pela não maternidade, analisando como isso pode afetar a saúde mental feminina e como deve ser a atuação do psicólogo nesse contexto.

**Palavras-chave:** não maternidade; representação social; gênero; patriarcado; maternidade; feminismo.

## ABSTRACT

---

*This research was carried out through a literature review of several authors and aims to explore the factors that led to a social construction around motherhood, revealing how the idea that the central role of women in society is to be a mother was gradually built, based on the biological and gender factor, constituting the so-called compulsory motherhood. Thus, it reveals some developments on this social pressure and the structural machismo suffered by*

---

1 Graduada (o) em Psicologia da Universidade FUMEC. josimeri.raider@gmail.com

2 Orientadora, Mestre. Professora da Universidade FUMEC – Brasil. carmen@fumec.br

*women, including those who choose non-maternity, analyzing how this can affect women's mental health and how the psychologist's role should be in this context.*

**Keywords:** *non-maternity; social representation; gender; patriarchy; maternity; feminism.*

## 1 INTRODUÇÃO

A maternidade é vista como uma função social da mulher nos diversos momentos históricos. Na atualidade, mesmo com o desenvolvimento e conquistas sociais, a mulher ainda se vê diante dessa cobrança. Se biologicamente ela é capaz de gerar filhos, supõe-se que naturalmente possui um instinto materno. Aquela que opta por não ter filhos pode ser considerada “incompleta”, há uma pressão social sutil nesse sentido e, também, uma romanização da maternidade.

Em uma sociedade com tradições machistas, como a brasileira, ser mãe implica em ter que renunciar a muitos projetos e conciliar seus planos com os cuidados do filho, já que tudo relacionado à criança diz respeito à mãe, como se ela fosse à única responsável por suprir necessidades no âmbito afetivo, educacional e financeiro. Ser mãe exige amor incondicional, priorização do outro (filho), mesmo que o preço seja a renúncia de seus próprios desejos.

Em nossa cultura, no que se refere o papel dos pais na vida dos filhos, muito se discute sobre a participação da mãe, o pai muitas vezes nem aparece, isso demonstra o peso da maternidade na vida das mulheres.

O Conselho Nacional de Justiça (CNJ) assinala que de acordo com os dados do Censo escolar de 2013, mais de 5,5 milhões de crianças no Brasil não possuem sequer o nome do pai na certidão de nascimento. Essa questão deveria ser mais discutida, pois por trás de uma ausência de responsabilidade paterna, geralmente há uma mãe sobrecarregada e, muitas vezes, culpabilizada pela sociedade.

Muitos questionamentos podem ser feitos, como: quais os caminhos para chegar a uma relação de equidade entre os pais? Por que a cobrança de ter filhos é desproporcionalmente maior para a mulher? E por que mesmo com toda uma sobrecarga de trabalho a mulher é cobrada socialmente para

ter filhos? Essas indagações são complexas e para respondê-las é necessário entender a dinâmica e o contexto histórico na qual foram realizadas essas construções sociais.

Segundo Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (IPEA, 2009) pelo menos 35% das famílias brasileiras são chefiadas por mulheres. Essa sobrecarga de ter que “dar conta” da dupla ou tripla jornada de cuidar da casa, dos filhos e a pressão de trazer o sustento, pode afetar sua saúde mental de muitas mulheres.

Além destes fatores, a inserção das mulheres no mercado de trabalho, acaba se tornando mais limitada em relação aos homens, pois as mulheres são socialmente designadas ao papel de exercer as tarefas domésticas não remuneradas e que muitas vezes são invisibilizadas ou desvalorizadas pelos próprios familiares ou pessoas de seu convívio. Tarefas domésticas demandam tempo e esforço, conseqüentemente ter que trabalhar mais horas, a pressão para produzir os resultados esperados, tanto em âmbito pessoal, quanto profissional pode ocasionar transtornos, como por exemplo, ansiedade, depressão, insônia, anorexia, etc.

Schulte (2016), por exemplo, descreve a maternidade na contemporaneidade como um sofrimento social, ao passo que a mulher precisa atender as expectativas em torno da maternidade e, ao mesmo tempo, contribuir financeiramente no âmbito familiar e construir uma carreira promissora. As cobranças provenientes do desempenho dos vários papéis ao mesmo tempo lhe causam desgastes físico e psicológico.

Dentre os estudos realizados verifica-se a relação entre transtornos psíquicos e sobrecarga doméstica, estes transtornos estão relacionados aos múltiplos papéis femininos e a vivência da maternidade. Para Pinho e Araújo (2012) fatores socioeconômicos, a falta de tempo para atividades de lazer e autocuidado, a desigualdade de gênero em relação aos trabalhos ditos femininos e masculinos, são fatores que corroboram para transtornos psíquicos comuns em mulheres.

Andrade *et al.* (2006) estima que alguns transtornos específicos, são mais comuns em mulheres do que em homens. Mulheres têm até três vezes mais chances de desenvolver depressão. Tendo episódios depressivos mais persistentes, isso pode acontecer pela influência de pressões sociais, estresse crônico e baixo nível de satisfação associados ao desempenho de papéis tradicionalmente femininos, ou pela forma diferencial entre gêneros de lidar com problemas e buscar soluções.

São inúmeros desafios e cobranças vividos pela mulher, principalmente brasileira. E por ser mulher, finalizando o curso de graduação e deparando com todas essas cobranças, é que a temática despertou interesse. Como profissional, além de ter que estar com as questões emocionais bem trabalhadas, em um processo psicoterápico, houve também a necessidade de aprofundamento teórico da temática, a fim de que as atuações realizadas possam ser mais críticas, fundamentadas e possibilitem de fato a emancipação das mulheres.

Sendo assim, o presente artigo tem como objetivo compreender aspectos biopsicossociais relacionados à ideia da maternidade compulsória. E como objetivos específicos: entender os aspectos psicológicos envolvidos na maternidade compulsória; compreender a não aceitação social do desejo de não ser mãe e o sentimento de culpa desencadeado em algumas mulheres; analisar como deve ser a atuação do psicólogo para auxiliar a mulher diante de sua negação as determinações sociais.

Neste artigo, para abordar o tema proposto utilizaremos o termo compulsório referindo se a algo obrigatório. No caso da maternidade, essa “obrigatoriedade” ocorre de maneira implícita, por meio de cobranças sociais e de forma indireta com a romanização da maternidade e a construção do “ideal de se tornar mãe”. O livro “o mito do amor materno” da autora Elisabeth Badinter (1980) descreve o amor materno enquanto uma construção social, algo que não é inato à figura feminina. O sofrimento das mulheres que são mães e as que optam pela não maternidade é pouco abordado na literatura, entretanto há necessidade de produção de materiais que tratem diretamente deste tema, assim como, falar sobre o papel do psicólogo enquanto facilitador de mudanças sociais, que promovam à igualdade, a liberdade, a dignidade e o respeito da escolha do projeto de vida pelas próprias mulheres.

## 2 PROCEDIMENTOS METODOLOGICOS

A partir de uma revisão bibliográfica, foram realizados vários cruzamentos entre descritores e/ou palavras chaves, são eles: Não maternidade, relação-mãe-criança, representação social; gênero; patriarcado; maternidade; comportamento materno; feminismo e machismo.

As bases de dados utilizadas foram BVS-Psi e SCIELO, na qual foram lidos e analisados quatorze artigos.

Os critérios de inclusão foram: Artigos publicados nos últimos dez anos, em português na área de ciências humanas e sociais. Os critérios de exclusão adotados foram: artigos escritos em idiomas diferentes de português, por exemplo, artigos em inglês, francês e espanhol.

### 2.1 Maternidade da idade antiga à contemporaneidade

A maternidade teve constantes mudanças ao longo dos séculos, a construção da família, o exercício da maternidade e os comportamentos maternos foram se modificando, sendo moldados de acordo com o tempo e organização social. Nesse trabalho serão abordados marcos históricos e acontecimentos a respeito da maternidade em diferentes contextos sociais e épocas, para entendermos como foi construída a ideia de maternidade na atualidade.

Gomez (2000) cita que na Grécia antiga até o século V a.c a mulher era excluída da reprodução, pois sua organização social era centrada em homens, era patriarcal, tinha-se a ideia de que o primeiro homem (Erichthonios) foi gerado da terra, acolhido pela virgem Atena que era nascida do cérebro de seu pai Zeus. A partir do século XVII começa a ser questionada essa ideia da reprodução unicamente masculina. Desse modo, para a mulher continuar privada de sua cidadania, havia a necessidade de mantê-la em uma posição inferior, a partir de algo mais racional, surge o discurso filosófico de que o homem era o verdadeiro gerador, a mulher era apenas um depósito do “germe masculino”, servia unicamente para alimentar e conservar a espécie.

Durante a idade média, na sociedade ocidental, as famílias eram formadas predominantemente por interesses econômicos, para o compartilhamento de bens materiais, eram feitos casamentos arranjados, não havia valorização de vínculos afetivos entre conjugues, ou filhos, eram valorizados os sobrenomes de famílias nobres. As crianças e as mulheres eram consideradas propriedade do marido, a maternidade em si não era vista como algo que merecesse grande importância (ARIÈS, 1981).

Badinter (1980) cita os comportamentos maternos até o século XVIII, ao nascer os bebês eram entregues para amas de leite, que muitas vezes residiam longe dos centros urbanos, essas crianças ficava sobre os cuidados de terceiros nos primeiros oito anos de vida, sem ter nenhuma convivência com os pais. Mediante a isso, pode ser questionado quais as possibilidades da construção de laços afetivos e vínculos com a mãe biológica?

Acreditava-se que pelo alto índice de mortalidade infantil na época, as mães optavam por afastar-se de um filho apenas porque ele teria poucas chances de sobrevivência, pois o instinto materno era considerado algo inato à mulher, era vedada à possibilidade de questionamento dessa relação mãe e filho (ARIÈS, 1981).

O fator biológico da gestação fez com que vários médicos repetissem o mesmo discurso, somando-se ao fato de que o conhecimento acadêmico era hegemônico e o discurso científico era dominado por homens, começaram a surgir várias publicações sobre cuidados com bebês e aleitamento materno para que as mães se aproximassem de seus bebês. Socialmente a mulher passa a ser a única responsável pelos cuidados e pela educação dos filhos (MOURA; ARAÚJO, 2004).

Segundo o mesmo autor, principalmente no Brasil colonial, entre os séculos XVIII a XIX com a política higienista e a influência de países europeus, o contato constante de crianças com os negros e as amas de leite passa a ser visto como algo negativo, que interfere prejudicando a educação do indivíduo, moldada pela convivência com os criados. A mãe passa a ser vista como omissa e infratora ao deixar isso acontecer, o discurso médico tem um papel crucial nisso, ao afirmar que é função da mãe amamentar e cuidar, sendo antinatural designar esse dever a outra pessoa, o que corrobora para que ela permaneça por mais tempo em ambiente doméstico.

Após o século XVIII inicia-se a exaltação do amor materno como algo divino, há um questionamento se o alto índice de mortalidade infantil da época pode ter sido ocasionado pela falta de cuidados da ama de leite ou pelo distanciamento entre a criança e a mãe. Soma-se isso aos interesses econômicos do Estado, pois se os casais mantinham seus filhos no campo, aumentava a escassez de mão de obra nos grandes centros urbanos, sendo assim, foi reforçado o discurso de que só a mulher é capaz de gestar e amamentar um bebê. Cada vez mais procuram-se signos que possam evidenciar que a maternidade é inerente à fêmea, não só no sentido biológico, mas também afetivo, então somente ela é qualificada para cuidar dos seus filhos (BADINTER, 1980).

Oliveira (2007) aponta mudanças ocorridas em relação ao papel da mulher, com a chegada das duas Guerras Mundiais, os homens começaram a ser convocados para a Guerra e as mulheres passaram a ocupar os seus postos de trabalho, participar mais ativamente da vida pública, deixando de lado o estereótipo da figura mãe-esposa. Com o final da Segunda Guerra em 1945 houve a tentativa de que as mulheres retomassem esse lugar (do lar) na esfera social, então se inicia a discussão sobre a divisão do trabalho e as discussões de gênero, que se intensifica ainda mais na década de 60 com a consolidação do movimento feminista, nesse período surgiram várias literaturas feministas, sendo uma delas “o Segundo sexo”, escrito por Beauvoir (1967) que foi fundamental para a reflexão desse assunto.

Moura e Araújo (2004) falam sobre as mudanças na maternidade contemporânea, especificamente a partir da década de 80, não é possível atribuir a mulher apenas o papel da maternidade, pois ela tem ganhado cada vez mais espaço, desempenhando outros papéis, apesar desse papel socialmente ainda ser considerado central. Após os anos 90 a participação do pai na vida dos filhos passa a ser mais falada, vem o conceito de “casal grávido” e de compartilhar esses momentos da gravidez e dos primeiros cuidados com o bebê juntos. Para algumas mulheres dessa geração, o reflexo dessas mudanças foi enxergar a maternidade não mais como uma limitação ou obrigação, mas ela passa a ser uma escolha.

## 2.2 Aspectos biopsicossociais da maternidade compulsória

Existem aspectos biológicos, sociais, religiosos e psicológicos que envolvem a maternidade e não devem ser ignorados, é fundamental entender esses aspectos, para enxergar com mais clareza como foi construída a representação da maternidade enquanto um elemento de organização social.

Beavuir (1967) descreve que as crianças não possuem uma diferenciação determinada pelo sexo feminino ou masculino, não há limitações físicas ou cognitivas, essa diferença acontece a partir de uma moldagem social em relação ao casamento e a maternidade para as meninas. Enquanto as meninas são incentivadas desde cedo a se interessar por bonecas e atividades do lar, os meninos são mais livres. Na puberdade a preocupação da jovem passa a ser o casamento e a maternidade, enquanto para o rapaz o papel de marido e pai são secundários, as prioridades perpassam por ter uma profissão ou posição social, por exemplo.

Segundo Vazques (2014) a partir do século XX, conhecido como “o século da criança”, consolidava a maternidade não só enquanto um fator biológico, mas também sentimental inerente ao feminino no discurso médico e religioso. Em contraponto houve uma crescente visibilidade do movimento feminista e historicamente foi possível começar a refletir e questionar sobre a maternidade enquanto um objeto de opressão, pois antes era pensado como algo tão natural, visualizado como um destino predefinido para as mulheres.

Para Badinter (1980) na constituição familiar patriarcal do século XX, a condição da mulher se assemelhava a da criança, no sentido de ambos estarem submetidos à autoridade paterno-marital. O homem era o provedor da família, enquanto a mulher sem acesso ao mercado de trabalho ficava com a função de zelar do lar e da prole.

Pinho e Araújo (2012) descrevem esses pilares da divisão sexual do trabalho que são enraizados socialmente, enquanto a mulher fica com o trabalho “improdutivo”, o homem fica com o trabalho “produtivo”. Sendo assim, de maneira implícita na sociedade ocidental capitalista, a contribuição masculina é mais valorizada, enquanto a feminina é invisibilizada, mesmo no contexto atual, a mulher desempenhando vários papéis ao mesmo tempo,

e inserida no mercado de trabalho, existe ainda essa visão limitada de que a mesma deve priorizar e proporcionar um ambiente familiar favorável como um papel central em sua vida, esses múltiplos papéis somado a essas cobranças tem desencadeado sobrecarga psíquica em muitas mulheres.

Se por um lado assumir o papel de nutrícia, educadora e até professora conferiam um status na família e na sociedade, por outro lado, aumentava a valorização do sacrifício feminino em prol dos filhos, a patologização do sentimento de não querer ser mãe e a culpa por afastar-se dessas expectativas (MOURA; ARAÚJO, 2004).

Segundo Araújo (2004) culturalmente a religião cristã predominante no ocidente, também contribuiu para essa visão conservadora, a igreja como reguladora do corpo da mulher e de sua liberdade sexual, trouxe a romanização da maternidade a partir da virgem Maria, a maternidade vista como um presente divino de Deus, ao passo que, não houve o pecado do desejo sexual feminino e Maria se casaria com José, não sendo uma mãe solteira. Maria, uma jovem virgem, não questiona conceber um filho para Deus, pois Jesus virá como um “milagre”, por esse motivo, ela o ama incondicionalmente.

Nesse contexto, desenvolve-se a ideia que mulheres férteis eram valorizadas, enquanto as inférteis eram consideradas “secas”, como um castigo divino. Desencadeando a culpa, para as que exercem a maternidade, muitas vezes um sentimento de ambiguidade em relação a maternagem, e para as não mães a cobrança por não desempenhar esse papel conforme era esperado de todas as mulheres. Na bíblia a mulher é designada com um papel de submissão, Eva que foi criada exclusivamente para ser companheira de Adão, vem em uma posição de inferioridade, pois sua criação veio a partir de uma costela de Adão. Quando ambos cometem o pecado original de provar a fruta proibida do conhecimento, as figuras femininas (Eva e a serpente) são culpabilizadas pela situação, o castigo de Eva é a dor do parto e a dominação pelo marido (Genesis 3:16), enquanto o castigo de Adão será o trabalho. Depois no livro de Efésios a comparação de que Cristo está para a igreja, assim como o marido está para a esposa, sendo o homem cabeça do lar e chefe da família, portanto a mulher deve a ele submissão.

A ROCHA entre igreja e Estado de certa forma ainda prevalecem, na Constituição Brasileira, o Brasil se declara um país laico, porém a influência religiosa fica em evidencia, segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e pesquisa (IBGE, 2010), pelo menos 86,8% da população brasileira é cristã, sendo aproximadamente 64,6% católicos e 22,2% evangélicos. Essa quantidade expressiva de religiosos reflete diretamente em todas as esferas sociais.

Almeida (2017) aponta a crescente onda conservadora na política do país, a bancada evangélica de deputados eleitos pelo povo com a chamada “moralidade pública” que apoia a sacralização da família, a reprodução e a vida, coloca em xeque e ameaça as políticas de direitos reprodutivos e diversidade sexual no país.

No contexto brasileiro, ainda há muito a ser feito em relação a políticas públicas voltadas para os direitos reprodutivos das mulheres, o Brasil ainda continua com alto índice de gravidez na adolescência, as camadas com baixo nível sócio econômico muitas vezes não tem acesso à informação e as mulheres tem um número maior de filhos, o que leva a pensar na necessidade de mais investimentos, como por exemplo, o planejamento familiar, educação sexual nas escolas e acolhimento na rede de proteção social.

Uma pesquisa realizada nos anos 2011-2012 em 191 municípios brasileiros, pela Escola de Saúde Pública Sérgio Arouca da Fundação Oswaldo Cruz (FIOCRUZ, 2016), revela que 55,4% das brasileiras com filhos não planejaram engravidar, entre essas 29,9% não desejavam ter filhos em nenhum momento da vida, em sua maioria eram mulheres jovens, negras ou pardas com baixo nível socioeconômico e escolaridade.

Mesmo com a existência de métodos contraceptivos comuns disponíveis no SUS, como anticoncepcionais, preservativos e DIU, por algum motivo esses métodos tem sido pouco acessados nas áreas mais vulneráveis, tem ainda outros métodos definitivos como a Laqueadura tubária que também estão disponíveis mediante a alguns critérios estabelecidos na lei 9.263 de 12 de janeiro de 1996 (que dispõe sobre o planejamento familiar), a legislação prevê que homens e mulheres acima de 25 anos ou com dois filhos vivos podem solicitar a esterilização, porém esse processo é dificultado por alguns fatores, é necessária a autorização escrita do companheiro para realização

deste processo, médicos que discordam podem se negar a fazer o procedimento respaldado pelo Conselho Federal de Medicina, sendo necessária a solicitação via judicial pelo requerente. Com isso, mais uma vez a mulher fica submetida à regulação do seu corpo pelo marido, pela medicina e pelo Estado.

Considerando que nenhum método contraceptivo é 100% seguro, o aborto é permitido apenas em situações específicas, essas restrições colocam em cheque a autonomia da mulher de decidir sobre o seu próprio corpo e definitivamente a opção de não querer gerar filhos.

### 2.3 Sentimentos em relação à maternidade e não maternidade

O feminino ainda é muito associado à maternidade, mas com o passar dos anos e a inserção da mulher socialmente em outros espaços permite o questionamento desse destino.

Badinter (1980) aponta o amor materno enquanto uma construção que pode ou não acontecer na relação mãe-bebê, contestando a ideia de instinto materno enquanto uma condição inata a todas as mulheres. A autora descreve a maternidade e a paternidade como papéis sociais desempenhados de acordo com o contexto histórico e temporal de cada sociedade.

Para César (2019) toda mulher em algum momento da vida reflete sobre a maternidade, seja com a ideia de exercê-la ou não. Sendo que as mulheres que optam pela maternidade muitas vezes passam por sentimentos ambíguos por não se sentirem conforme a expectativa de um padrão social de realização. Enquanto as que optam pela não maternidade sofrem pressão social, se sentindo culpadas, egoístas, ou menos mulheres por não desempenhar esse papel.

Quando uma mulher diz não ter o desejo de ser mãe, ainda há um estigma, na maioria das vezes vem àquela pergunta clichê: “E se você se arrepender por não ter filhos?” Será que alguma vez essas pessoas já se perguntaram como é se arrepender por tê-los?

Donath (2017) explorou esse tema em seu livro “Mães arrependidas: uma outra visão da maternidade”, a socióloga traz relatos de mulheres que se arrependem da experiência de maternidade, esse arrependimento não diz respeito ao objeto filho, mas das cobranças e a expectativa em torno da maternidade. Dificilmente esse tema é exposto, muitas mães se sentem culpadas, caladas e frustradas pela sociedade ao experimentar esse sentimento, isso se torna um tabu, no momento em que se espera que uma mãe sacrifique seus desejos em prol do filho, que tenha comportamentos ditos adequados socialmente quando se torna mãe.

As autoras Silva e Melo (2020) relatam sobre um experimento social no facebook em 2016, na qual foi feito “o desafio da maternidade real”, nessa página as mulheres poderiam comentar sobre suas dificuldades e postar fotos dos seus desconfortos em relação à maternidade, a intenção seria revelar que não existe perfeição, explicitar sentimentos que quase nunca são ditos em relação à vivência de maternidade. Como resultado houve relatos de várias mulheres falando sobre seus desafios diários, a postagem viralizou, mas houve também inúmeras críticas, como se de alguma forma elas estivessem erradas em falar sobre isso, pois sendo mães deveriam ser gratas pelo seu dever sublime e não devem ter o direito a reclamações.

As autoras ainda revelam que “muitos posicionamentos foram em direção a um sentimento positivo e sacralizado em relação à maternidade, além da culpabilização feminina pela gravidez” (SILVA; MELO, 2020, p. 7).

Pressupõe-se que a mulher já nasce preparada para ser mãe, a maternidade vista como uma obrigação e determinada por um fator biológico, como se a mãe automaticamente se fundisse fisicamente e emocionalmente com o bebê, a maternidade não é diferente da paternidade é uma construção, um processo que deve ser respeitado enquanto uma relação humana.

Gutman em sua obra “Mulheres visíveis, mães invisíveis” descreve o sentimento da maternidade como a vivência de uma violência emocional:

Há uma ideia difícil de descrever que quase todas as mães compartilham quando se ocupam do filho muito pequeno: a de que esse bebê vai dominá-la. É uma sensação estranha e inominável, na qual se tem a

impressão de que se o desejo do bebê é manifestado, automaticamente trabalha em detrimento de seu próprio desejo. Estamos falando da violência emocional. Embora essa palavra nos pareça exagerada, e acreditemos que ela só é vista na televisão ou lida nas páginas dos jornais, a violência, como fenômeno individual e coletivo, é simplesmente isto: a impossibilidade de dois desejos conviverem em um mesmo campo emocional (GUTMAN, 2013, p. 28).

A experiência da maternidade é algo singular para cada mulher, e é exatamente por esse motivo que tanto a opção pela maternidade, quanto pela não maternidade deve ser respeitada como uma escolha pessoal, pois cada ser humano tem a capacidade de vivenciar suas experiências de formas diferentes.

Essa discussão que “o desafio da maternidade real” nos traz se torna extremamente necessária para que a escolha da maternidade ou não maternidade venha de forma mais consciente. O acesso ao conhecimento é uma ferramenta impreterível para isso, a psicologia têm um papel muito importante, contribuindo para ampliação e esclarecimento destas questões.

## 2.4 O Papel do psicólogo mediante a não aceitação de determinações sociais em relação à maternidade

O profissional de psicologia deve se atentar as demandas que são trazidas, ter sensibilidade, sempre agir com neutralidade e sem julgamentos, quando uma pessoa procura atendimento primeiramente ela deve ser acolhida e ouvida, independentes da situação, para que haja o entendimento dos fatos e a orientação que ela necessita, sempre respeitando sua subjetividade e suas escolhas conforme o código de ética da profissão determina:

Art. 2º – Ao psicólogo é vedado: a) Praticar ou ser conivente com quaisquer atos que caracterizem negligência, discriminação, exploração, violência, crueldade ou opressão; b) Induzir a convicções políticas, filosóficas, morais, ideológicas, religiosas, de orientação sexual ou a qualquer tipo de preconceito, quando no exercício de suas funções profissionais (CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA, 2005).

Quando se trata das questões relativas à maternidade, não é diferente, deve-se levar em consideração o discurso, as vivências, as experiências, os sentimentos e traumas com empatia e profissionalismo.

Para Silva e Melo (2020) toda tentativa de generalizar as mulheres como um padrão universal, gera normatização, desconsiderando suas particularidades, pois enquanto algumas mulheres sonham em se tornarem mães ou se sentem extremamente realizadas com os filhos, outras não têm a maternidade como uma prioridade ou projeto de vida.

As autoras ainda trazem relatos sobre o documentário “clandestinas” publicado no youtube em 2014, sobre aborto no Brasil, na qual demonstra o contexto machista em que vivemos a falta de autonomia e de amparo (até mesmo por parte de profissionais da saúde) para as mulheres que optam por realizar o aborto. As diversas situações de sofrimento e a falta de políticas públicas que possam acolher essas mulheres, orientar, dar apoio psicológico e evitar que elas coloquem suas vidas em risco. Sendo assim, nos casos de aborto, não cabe ao psicólogo fazer julgamento moral, a vida da mulher não é menos importante que a do feto, ela não deve ser considerada indigna ou merecedora de punição por em alguma circunstância ou momento da vida escolher não vivenciar a maternidade. O documentário coloca em pauta a descriminalização do aborto, nos mostra que mulheres que cometem o aborto são mulheres comuns, ao contrário do que muitos pensam, mulheres que não desejam ou não se sentem prontas para exercer a maternidade. Até nos casos de abortos legais previstos na lei, como mulheres que sofreram violência sexual, por exemplo, ainda existe preconceito e alguns profissionais chegam a se manifestar contra a partir de crenças pessoais, quando o aborto em geral, deveria ser visto enquanto uma questão de saúde pública.

Segundo Caetano (2014) outro ponto que precisa ser discutido é o direito a esterilização, vigente na Lei n. 9.263, que regulamenta o planejamento familiar e conseqüentemente a escolha de ter ou não filhos através da laqueadura tubária ou vasectomia. Segundo o autor existem muitos obstáculos implícitos e explícitos para ter acesso ao serviço. Sendo assim, quando solicitado o laudo psicológico, para a realização do procedimento, o profissional deve agir com ética e respeito, analisando o caso a caso e levando

em consideração o desejo do atendido, tendo cautela para que não se torne mais um obstáculo do processo.

Quando se fala em direitos reprodutivos, é inevitável não falar sobre vulnerabilidade e também proteção social, pois a mesma estrutura de uma sociedade patriarcal que pressiona as mulheres à maternidade faz com que sejam submetidas a inúmeras violações de direitos que ferem a dignidade humana.

Dantas (2019) descreve que principalmente quando se trata de mulheres que são socialmente marginalizadas, as que estão expostas a pobreza extrema, falta de moradia ou que fazem o uso de substâncias ilícitas, direitos sociais básicos são negados e quando se tornam mães, muitas vezes o poder médico e judiciário retira o seu direito de exercer a maternidade, muitas vezes com o auxílio de laudos produzidos por assistentes sociais e psicólogos afirmando que essas mulheres são incapazes de exercer a função materna, como se não fossem merecedoras “dessa dádiva”. A psicologia deve ter uma análise mais crítica como, por exemplo, se essas mulheres estão tendo direitos sociais previstos na constituição, se o Estado oferece uma estrutura mínima, como moradia, saúde, assistência social e apoio da rede para que ela consiga se emancipar. Até qual ponto está sendo preservado o direito da criança? E os direitos dessas mulheres estão sendo violados? Principalmente a partir de qual princípio foi concluído que essa mulher não seria capaz de criar um filho retirado contra a sua própria vontade? São questões que podem e devem ser refletidas para que não haja julgamentos a partir da moralidade ou de preconceitos socialmente enraizados.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O levantamento bibliográfico resultou em uma amostra final de 14 artigos, 5 livros e 2 cartilhas. As informações desse material serão sintetizadas em tópicos abordando a visão em diversos aspectos de cada autor em relação à maternidade.

Schulte (2016) descreve a maternidade enquanto um sofrimento social ao passo que a mulher precisa atender as expectativas em torno da maternidade e, ao mesmo tempo, contribuir financeiramente no âmbito familiar e

construir uma carreira promissora. As cobranças provenientes do desempenho dos vários papéis ao mesmo tempo lhe causa desgaste físico e psicológico.

Para Pinho e Araújo (2012) não apenas isso, mas fatores socioeconômicos, ausência de lazer e autocuidado e o preconceito de gênero também contribuem significadamente para o desenvolvimento de transtornos psíquicos.

Andrade *et al.* (2006) estima que alguns transtornos específicos, são mais comuns em mulheres do que em homens. Mulheres têm até três vezes mais chances de desenvolver depressão.

Autoras como Beavouir (1967), Badinter (1980) e Oliveira (2007) atribuem o papel materno enquanto uma construção social, fruto de uma sociedade patriarcal, que muitas vezes coloca a mulher em uma posição inferior, usando o argumento biológico como uma ferramenta de discriminação desigualdade de gênero.

Gutman (2013) descreve a maternidade como algo ambíguo, fala da violência emocional sofrida pela mãe ao ter que suprir os desejos da criança muitas vezes em detrimento do seu próprio desejo, porem muitas vezes romantiza esse sentimento como algo natural.

Donath (2017) diz sobre o arrependimento de ser mãe, que não diz respeito ao objeto filho, mas a solidão materna, as pressões e as cobranças feitas socialmente em torno de um ideal materno muitas vezes inalcançável.

Um ponto em comum entre todos esses autores é abordar o sofrimento das mulheres mediante as expectativas sociais, seja pela frustração de não atendê-las, ou pelo sentimento de culpa por não ser a “mãe ideal”.

Na sociedade ocidental e especialmente no Brasil a maternidade é vista como um papel central na vida da mulher, por esse motivo muitas vezes se torna um tabu falar sobre o arrependimento de ser mãe ou até mesmo a opção pela não maternidade, mulheres que não seguem um padrão social muitas vezes são implicitamente penalizadas, sendo julgadas ou até excluídas.

Compreender as dificuldades da mulher contemporânea em desempenhar esses diversos papéis ao mesmo tempo é fundamental, pois com sua inserção no mercado de trabalho e ocupação de novas posições sociais é

necessário uma reorganização e uma divisão de trabalho justa sem preconceitos ou discriminação de gênero.

## 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com a pesquisa realizada foi possível explorar os diversos aspectos que envolvem a ideia de maternidade compulsória, aspectos históricos, sociais e psíquicos. Apesar da evolução alcançada, das mulheres ocuparem locais que antes eram negados, ditos masculinos, como a universidade ou mercado de trabalho, por exemplo, o público feminino tem reivindicado cada vez mais esses espaços. Com isso tem sido possível questionar imposições e trazer essa reflexão, como fizeram as filósofas Beauvoir (1967) e Badinter (1980) ao questionar a maternidade enquanto um destino para todas as mulheres.

Foi observada a ausência de publicações científicas que abordem o papel paterno e seus importantes aspectos, explicitando a necessidade de estudos sobre o assunto. As ciências sociais e humanas tem um papel essencial nesse sentido, pois elas permitem uma visão mais profunda e interdisciplinar. Sendo assim, a psicologia, ciência que estuda o comportamento e as relações humanas tem se tornado indispensável evidenciando cada vez mais a necessidade de compreensão nas diferentes esferas sociais e intervenções pautadas na crítica social e no conhecimento científico.

## REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, R. A onda quebrada: Evangélicos e conservadorismo. **Cadernos Pagu**, São Paulo, n. 50, jun. 2017.
- ANDRADE, L. H. S. G. *et al.* Epidemiologia dos transtornos psiquiátricos na mulher. **Rev. psiquiatr. Clín.**, São Paulo, v. 33, n. 2, 2006.
- ARAÚJO, E. A arte da sedução: Sexualidade feminina na colônia. *In*: PRIORE, Mary Del (org.); BASSANEZI, Carla (coord.). **História das mulheres no Brasil**. 7. ed. São Paulo: Editora Contexto, 2004.
- ARIÈS, P. **História social da criança e da família**. 2. ed. Rio de Janeiro: Editora LTC, 1981.

BADINTER, E. **Um amor conquistado**: O mito do amor materno. Rio de Janeiro: Editora Nova Fronteira, 1980.

BEAVOUIR, S. **O segundo sexo**: A experiência vivida . 2. ed. São Paulo: Editora Nova Fronteira, 1967.

BRAGA, R. C; MIRANDA, L. H. A; VERÍSSIMO, J. P. C. **Para além da maternidade**: as configurações do desejo na mulher contemporânea . 2018 .

BRASIL. Presidência da República. Casa Civil. Subchefia para Assuntos Jurídicos. **Lei nº 9.263 de 12 de janeiro de 1996**. Dispõe sobre planejamento familiar, estabelece penalidades e dá outras providências. Brasília, DF: Presidência da República, 1996 . Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/l9263.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l9263.htm). Acesso em: 11 abr. 2021.

CAETANO, A. J. Esterilização cirúrgica feminina no Brasil, 2000 a 2006: aderência à lei de planejamento familiar e demanda frustrada. **Revista Brasileira de Estudos da População**, São Paulo, v. 31, n. 2, jul./dez. 2014.

CÉSAR, R. C. B *et al.* A romantização da maternidade e a culpabilização da mulher. **Revista Mosaico**, Vassouras, v. 10, n. 2, p. 68-75, jul./dez. 2019.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Resolução N° 010/05**. Código de ética do profissional psicólogo, 2005.

DANTAS, T. N. Por que falar de maternidade e vulnerabilidade social? *In*: CONSELHO REGIONAL DE PSICOLOGIA DE SÃO PAULO. **Psicologia, exercício da maternidade e proteção social**. São Paulo: CRP SP, 2019. (Cadernos temáticos CRP SP/ n° 26).

DONATH, O. **Mães arrependidas**: uma outra visão da maternidade . Tradução de Marina Vargas. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2017.

FUNDAÇÃO OSVALDO CRUZ. Reportagens destacam elevada prevalência de gravidez não planejada no país. **Escola Nacional de Saúde Pública Sérgio Arouca** , 2016. Disponível em: <http://informe.ensp.fiocruz.br/noticias/40994>. Acesso em 10 abr. 2021.

GOMEZ, G. Q. A maternidade como enigma: Atenas, as luzes e Freud. **Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 10, n. 2, dez. 2000.

GRADVOHL, S. M. O *et al.* Maternidade e formas de maternagem desde a idade média à atualidade. **Revista Pensando Famílias** , Porto Alegre, v. 18, n. 1, jun. 2014.

GUTMAN , L. **Mulheres visíveis, mães invisíveis**. Rio de Janeiro: Editora Best Seller, 2013. p. 28.

IBDFAM. **Paternidade responsável: mais de 5,5 milhões de crianças brasileiras não têm o nome do pai na certidão de nascimento**. 07 ago. 2019. Disponível em: <https://ibdfam.org.br/noticias/7024/Paternidade>. Acesso em: 25 mar. 2021.

IBGE. **População residente por religião**. 2010. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/populacao/9662-censo-demografico-2010.html?edicao=9749&t=destaques>. Acesso em: 10 abr. de 2021.

IPEA. **Mulheres chefiam 35% das famílias**. Disponível em: [https://www.ipea.gov.br/portal/index.php?option=com\\_alphacontent&ordering=3&limitstart=4460&limit=20](https://www.ipea.gov.br/portal/index.php?option=com_alphacontent&ordering=3&limitstart=4460&limit=20). Acesso em: 25 mar. 2021.

MOURA, S. M. S. R; ARAÚJO, M. F. A maternidade na história e a história dos cuidados maternos. **Psicologia Ciência e Profissão**, Brasília, v. 24, n. 1, mar. 2004.

NÚCLEO TRANSDISCIPLINAR DE ESTUDOS DE GÊNERO. A história das mulheres, cultura e poder das mulheres: ensaio de historiografia. **Revista do Núcleo Transdisciplinar de Estudos de Gênero-NUTEG**, Niterói, v. 2, n. 1, p. 7-30, 2000.

OLIVEIRA, P. B. **A mulher atual e a representação da maternidade**. 2007. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica) - Universidade Católica de Pernambuco, 2007. Disponível em: <http://tede2.unicap.br:8080/bitstream/tede/241/1/Paula%20Barbosa%20de%20Oliveira.PDF>. Acesso em: 20 de abr. 2021.

PINHO, P. S.; ARAÚJO, T. M. A associação entre sobrecarga doméstica e transtornos mentais comuns em mulheres. **Rev. Bras. de epidemiol**, São Paulo, v. 15, n. 3, set. 2012.

SCHULTE, A. A. **Maternidade contemporânea como sofrimento social em blogs brasileiros**. 2016. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Centro de Ciências da Vida, Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Campinas, 2016.

SILVA, G. C. *et al.* A mulher e sua posição na sua posição na sociedade: da antiguidade aos dias atuais. **Rev. SBPH**, Rio de Janeiro, v. 8, n. 2, dez. 2005.

SILVA, J.; MELO, M. F. A. Q. Um espelho de duas faces: ser ou não ser mãe? **Rev. Polis e Psique**, Porto Alegre, v. 10, n. 1, p. 85-106, 2020.

SOUZA, A. S; FRANCA, K. M. C; DEUS, Y. E. R. Maternidade compulsória implicações na vida da mulher contemporânea. *In*: CONGRESSO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA FASB, 17., 2019, Barreiras. **Anais [...]**. Barreiras: Faculdade São Francisco de Barreiras, 2019. p. 1-5.

TEDESHI, L. A. **História das mulheres e a representação do feminino**. Campinas: Editora Curt Nimuendajú, 2008. p. 144.

VÁZQUES, G. Maternidade e Feminismo: notas sobre uma relação plural. **Revista Eletrônica Trilhas da História**, Mato Grosso do Sul, v. 3, n. 3, jun. 2014.

# OS FATORES DO ENVELHECIMENTO E O OLHAR DA PSICOLOGIA FENOMENOLÓGICA- EXISTENCIAL: UMA REVISÃO NARRATIVA

FACTORS OF AGING FROM THE PERSPECTIVE  
OF EXISTENTIAL PHENOMENOLOGICAL  
PSYCHOLOGY: A NARRATIVE REVIEW

ROSICLER A. SILVA MUZZI<sup>1</sup>  
MARIA MADALENA MAGNABOSCO<sup>2</sup>

## RESUMO

---

O envelhecimento representa um tempo de mudanças progressivas, as quais requerem contínuos estímulos e desafios destinados ao homem, contribuindo em suas relações com o tempo, com suas experiências, em seus relacionamentos que culminam na construção de uma vida autêntica. Pode-se considerá-los poderosos recursos e estratégias que ampliam perspectivas e consideram o bem-estar e a saúde do idoso. O presente artigo tem como objetivo articular alguns fatores deste ciclo da vida em seus aspectos biológicos, sociais, filosóficos e espirituais, a partir de uma revisão narrativa bibliográfica. Foram pesquisados artigos publicados na base de dados especializada nessa temática e bibliografia publicada nos últimos 30 anos e da literatura contemporânea. Trata-se de uma análise realizada de acordo com sua relevância e contribuições ao estudo proposto. Os achados corroboram a importância da compreensão dos aspectos do envelheci-

---

1 Graduada em Psicologia da Universidade FUMEC – Brasil. muzzirosi1@gmail.com

2 Orientadora: Pós Doutorado em Estudos Culturais pelo PACC - UFRJ - Professora da Universidade FUMEC – Brasil. madalenamagnabosco@fume.br

mento em suas dimensões bio-psicossocial e espiritual, os quais irão contribuir para o desenvolvimento pessoal considerando o homem em sua existência. Essas articulações possibilitam reflexões para estudos futuros por meio de pesquisas multidisciplinares que possam auxiliar no enfrentamento para essa etapa da vida.

**Palavras-chave:** fatores do envelhecimento; perspectivas; psicologia.

## ABSTRACT

---

*Aging represents a time of progressive changes, which require continuous stimuli and challenges for the person, contributing to their relationships with time, with their experiences, in their relationships that culminate in the construction of an authentic life. These stimuli and challenges can be considered powerful resources and strategies that broaden perspectives and consider the well-being and health of the elderly. This article aims to articulate some factors of this life cycle in its biological, social, philosophical and spiritual aspects, based on a bibliographical narrative review. Articles published in the database specialized in this theme and bibliography were searched, including the ones published in the last 30 years and contemporary literature. It is an analysis carried out according to its relevance and contributions to the proposed study. The findings support the importance of understanding the aspects of aging and its dimensions bio-psycho-social and spiritual, which will contribute to the personal development considerem the person in your life. These articulations enable reflections for future studies through multidisciplinary research that can help coping for this stage of life.*

**Keywords:** factors of aging; perspectives; psychology.

## 1 INTRODUÇÃO

O presente artigo propõe a análise de determinados fatores que revelam a condição do envelhecimento, a partir da relação estabelecida com aspectos biológicos, sociais, filosóficos e espirituais. Pretende-se, compartilhar a perspectiva da Psicologia Fenomenológica-Existencial, a qual compreende o homem como ser de abertura, sempre em movimento, que se volta para o vivido, e em busca da totalidade da própria existência.

Em que pese as limitações e circunstâncias da vida, busca-se incessantemente o entendimento do homem com o tempo, com sua própria história e em suas interações, ressaltando as possibilidades de plenitude na construção do seu próprio destino.

O fenômeno do envelhecimento possui várias dimensões que são constitutivas da existência humana, e nessa medida devem ser consideradas a partir das percepções, vivências e do contexto social que o indivíduo se encontra inserido.

A relevância deste estudo consiste no reconhecimento dos aspectos intrínsecos e extrínsecos a esse processo, a partir de experiências, mudanças ou rupturas, cujas consequências repercutem na vida de cada um.

Nesse propósito, não se pretende ser conclusivo, mas possibilitar reflexões que buscam uma compreensão do homem em sua integralidade e estando limitada à pesquisa bibliográfica desenvolvida.

De acordo com estudos do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), o contingente de pessoas idosas situa-se na faixa etária que mais cresce proporcionalmente no Brasil, o que pode ser tanto um alerta quanto um desafio, pois requer da sociedade um planejamento no trato da longevidade.

Ressalta-se que esse processo acontece sob as diversas dimensões do humano, entre as quais: biológico, social, psíquico, filosófico e espiritual, trazendo mudanças significativas na vida, para além da diminuição orgânica e funcional.

A relação com o tempo é vivida por cada indivíduo diferencialmente, seja em um maior ou menor grau, conseqüentemente as experiências e os modos como se estabelecem tais vivências podem levar a uma alteração ou até a perda do sentido da vida. O importante é a relevância que se dá ao sentido existencial.

O intuito é ampliar a consciência do ser humano acerca da construção do próprio existir como o principal responsável por suas escolhas, sua liberdade e conseqüentemente as responsabilidades que implicam na construção do próprio existir.

A fim de conhecer as principais ideias e fatos relevantes de alguns fenômenos do envelhecimento optou-se pela revisão narrativa cuja análise exploratória será a partir de autores clássicos e da atualidade, expondo-se os pontos convergentes e seus fundamentos na perspectiva fenomenológica-existencial.

## 2 MARCO TEÓRICO

Diante do desejo de maior amplitude de conhecimento para a atuação clínica, busca-se o suporte da abordagem fenomenológica-existencial, a qual concebe o homem em um contexto dinâmico, mediado por relações com o outro, e que através de suas vivências, experiências e escolhas é responsável pelo sentido da sua existência.

No que concerne ao fenômeno do envelhecimento como uma etapa da vida com características próprias, ele é também atravessado pelas possibilidades de perdas e ganhos.

Historicamente, em sociedades orientais, é conhecido o respeito, a valorização e o reconhecimento, cujos idosos desfrutam. Na China, desde Confúcio, eles têm uma condição privilegiada, conforme ressalta Beauvoir (1990, p. 112-113):

Toda a casa devia obediência ao homem mais idoso. Não havia contestação [...] a autoridade do patriarca não diminuía com a idade [...] era justificada moralmente, associando a velhice à posse de sabedoria.

Outras sociedades e culturas, como ocorre também no Japão, destinam à velhice um símbolo de status, e lugar solidamente diferenciado ao privilegiar à experiência e o conhecimento em detrimento de qualquer outra prerrogativa.

Conforme ressalta a mesma autora, o período da Revolução Industrial foi notadamente marcado por significativas transformações no campo das relações trabalhistas, cujos impactos foram extremamente devastadores na vida das crianças, das mulheres e dos idosos. É relevante compreender como a carga e a intensidade de trabalho exigidas naquele contexto, foram implacáveis levando expressiva parte da sociedade e principalmente os idosos à

miséria. Nessa perspectiva, o sentido e o valor com que se dedicam ao envelhecimento é atravessado pelo tempo e pelas diferentes culturas.

No contexto brasileiro, o contingente de idosos cresce ininterruptamente, segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2018):

A população idosa tende a crescer no Brasil nas próximas décadas, como aponta a *Projeção da População*, do IBGE, atualizada em 2018. Segundo a pesquisa, em 2043, um quarto da população deverá ter mais de 60 anos, enquanto a proporção de jovens até 14 anos será de apenas 16,3%. A partir de 2047 a população deverá parar de crescer, contribuindo para o processo de envelhecimento populacional – quando os grupos mais velhos ficam em uma proporção maior comparados aos grupos mais jovens da população. As principais causas para essa tendência de envelhecimento seriam o menor número de nascimentos a cada ano, ou seja, a queda da taxa de fecundidade, além do aumento da expectativa de vida do brasileiro. Segundo as *Tábuas Completas de Mortalidade*, do IBGE, quem nasceu no Brasil em 2017 pode chegar, em média, a 76 anos de vida. Na projeção, quem nascer em 2060 poderá chegar a 81 anos. Desde 1940, a expectativa já aumentou 30,5 anos. A última contagem populacional foi realizada no Censo Demográfico de 2010, o que nos coloca distantes 11 anos desta contagem, tendo em vista que foi adiado em 2020, em decorrência da pandemia do novo coronavírus.

Outros órgãos determinam em seus ordenamentos, a garantia de melhor qualidade de vida, o conhecimento de direitos e a implementação de efetivas políticas públicas (*Estatuto do Idoso (1994)* e a *Política Nacional do Idoso (2003)*), as quais podem assegurar tratamento digno e distinto para eles.

Desse modo, ressalta-se a forma como alguns especialistas do envelhecimento o definem, o classificam e para tanto, estabelecem-se três grupos; o idoso jovem, o idoso e o idoso mais velho:

Cronologicamente, os idosos jovens são pessoas entre 65 e 74 anos, que em geral são ativas, animadas e vigorosas. O idoso idoso, pessoas entre 75 e 84 anos, e o idoso mais velho, pessoas de 85 anos em diante,

estão mais propensos a uma condição de fragilidade e doença, e têm dificuldade em administrar as atividades diárias da vida (PAPALIA; FELDMAN; MARTORELL , 2013, p. 573).

Diante da perspectiva da integralidade do homem, o monge e conferencista alemão, Grün (2008, p. 132), enfatiza que “ninguém de nós que estamos envelhecendo pode avaliar e garantir se o seu tornar-se mais velho será bem-sucedido. É uma grande arte treinar-se para isso e dominar o envelhecimento.” Para ele, nesse caminhar, todos cometem erros e ainda assim, tem-se o direito de existir.

É certo que o início da meia idade é marcado por transformações e preocupações, as quais giram em torno da capacidade de adaptação, da flexibilidade em relação aos valores e prioridades, do lugar que se ocupa na família, na sociedade, do estilo de vida e da própria identidade, os quais permeiam uma existência.

Na busca por compreender o sentido da vida e da própria identidade, muitas pessoas vivenciam uma crise e anseiam compreender quem de fato são, para além dos registros e documentos oficiais (BRANDÃO , 2016). Elas experimentam o vazio e a incompletude de si, geradores dos sentimentos de angústia e até de desvalor, cujos resultados remetem à uma identidade fragmentada.

Nesse sentido, às contingências da vida modulam esse processo identitário e é visível o modo como os papéis socialmente construídos demonstram sua contribuição nessa des-construção, diante das oscilações e das rupturas, em que o indivíduo venha a perder parte de sua presença no mundo.

Para Le Breton, sociólogo francês (2018, p. 195, 197), há que se observar que “o sentimento de identidade confere ao indivíduo sua singularidade e sua diferença [...] é o reservatório de sentido que rege a relação no mundo do indivíduo, [...] nunca é engessada, mas sempre relacional, em movimento, continuamente fugidia.” Assim, a identidade é construída e na medida em que, as vivências vão provocando mudanças na percepção de si e do mundo, elas também serão múltiplas e flexíveis. É a identidade que confere ao homem um sentido de permanência, de uma marca definitiva na qual o pertenci-

mento social e psíquico irá intermediar relações grupais e consequentemente fortalecer a construção íntima do ser (BRANDÃO, 2016).

Neste processo, ressalta-se a compreensão dos autores, Jonhson e Rulh, (2010, p. 63):

A maioria de nós se dedica tanto a conseguir uma identidade que se torna muito difícil abrir mão dela. Quando vemos a forma obstinada como mantemos as ilusões e presunções da juventude de os hábitos egoístas, que persistem anos mais tarde, podemos ter uma ideia da quantidade de energia que foi necessária para formá-los. As principais ideias e atitudes que nos conduziram ao longo da vida, pelas quais lutamos e sofremos, tornam-se parte de quem somos, e, portanto, tentamos perpetuá-las indefinidamente.

O envelhecimento atravessa diversas dimensões do humano, entre as quais, destaca-se o biológico, o psíquico, o social, o filosófico e o espiritual, trazendo mudanças significativas na vida.

Desse modo, busca-se a analisar esses fatores para além da diminuição orgânica e funcional que eles apresentam, explorando de que forma afetam esse processo.

Essa construção contempla a visão existencial, ressaltando aspectos em que a percepção, o agir, o pensar, o comportamento e o modo de viver e interagir, conferem sentidos e atribuem valores.

### 3 JUSTIFICATIVA

Destaca-se a relevância na compreensão de que o homem é o principal responsável por suas escolhas, sua liberdade e consequentemente as responsabilidades que implicam nessa construção.

Nesta abordagem considera-se os aspectos biopsicossociais e espirituais, e suas relações com as transformações advindas deste processo e o modo como elas conferem sentido à existência.

O homem nunca se encontra acabado, sempre há espaços abertos para novos rumos e conduzir a própria vida o levará a ser aquilo que ele se propôs a ser (SAFRANSK, 2000). Na experiência das vivências as instabilidades surgem, mas à consciência das potencialidades são fontes geradoras de transformações.

Assim, alguns autores e teorias de outras áreas psicológicas farão parte deste artigo por contribuir e enriquecer com o tema proposto, cujo objetivo é também expor os pontos convergentes à luz da abordagem existencial.

## 4 OBJETIVO GERAL

Nesta análise, o objetivo essencial é descrever o que são esses fatores e em que medida eles afetam o destino ou o prolongamento da existência, assim como permitir a reflexão das possibilidades de resignificar a velhice. De acordo com a escritora francesa (BEAUVOIR, 1990), a velhice será melhor compreendida se o for em sua completude.

Independentemente de entender a estreita relação entre saúde e doença no processo de envelhecimento é imprescindível contextualizar as vivências pessoais a partir de uma existência autêntica. Nesta perspectiva, Magnabosco (2017, p. 114) destaca que:

Nos modos de vida da cultura moderna e contemporânea, aprendemos que adoecer significa não ter saúde. Isso porque, desde a definição da OMS, a saúde foi definida como ausência de doença. Assim, uma pessoa saudável é aquela que não apresenta nenhum sintoma, que não sofre nenhum mal-estar, que não se debilita em seu corpo, que não precisa de medicamentos.

A autora esclarece que esse modo de pensar e sentir a saúde é equivocado, pois o corpo sinaliza como o indivíduo se coloca frente às situações e adversidades ao vivenciar as experiências.

## 5 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Por meio de uma análise detalhada desses aspectos, pretende-se pesquisar publicações sobre a temática na modalidade de artigo científico; definir descritor adequado à pesquisa que se pretende; selecionar as bases de dados pertinentes ao processo metodológico; conhecer, explicar e detalhar a fundamentação teórica, contemplando diversos pontos de vista da literatura dos últimos 30 anos e da atualidade.

## 6 METODOLOGIA

Optou-se pela construção de um artigo, utilizando a revisão narrativa como método e norteadora da pesquisa. A finalidade é o conhecimento descritivo-exploratório, a partir de um levantamento bibliográfico de autores clássicos, contemporâneos e de fontes secundárias, acerca do envelhecimento.

Para o levantamento quantitativo dos artigos na literatura, realizou-se uma busca nas seguintes bases de dados especializadas: Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), Biblioteca Professor Antônio Luiz Paixão – FAFICH, Biblioteca Eletrônica da Revista Saúde Pública, Biblioteca Eletrônica do Repositório UFMG, e o DVD como recurso.

Buscou-se a ampliação da consciência do homem como o principal responsável por suas escolhas, suas implicações na autoconstrução da subjetividade e da identidade.

Os critérios de inclusão utilizados para a seleção da bibliografia foram estudos publicados nos últimos 30 anos e todos no idioma em português. Inicialmente, os livros selecionados partiram do desejo de aprofundar o tema, a partir de uma primeira análise e da descrição do resumo.

Posteriormente, realizou-se a leitura na íntegra com o objetivo de certificar que a literatura apresentava critérios de relevância e que a metodologia encontra-se de acordo com o objeto do estudo.

Ressalta-se, que o levantamento bibliográfico resultou em uma amostra final de 18 livros e um DVD duplo do curso para a Pós-Graduação em Psicologia Clínica da PUC de São Paulo, sobre a Maturidade e Morte. As principais informações provenientes desta pesquisa, serão sintetizados em quatro capítulos acerca dos fatores do envelhecimento.

## 7 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Na reflexão sobre o aumento da expectativa de vida, foi necessário pensar as relações da longevidade e seus aspectos multidimensionais. Nesse intuito, estabeleceu inter-relações reflexivas entre os modos do ser humano vivenciar seu existir, com alguns aspectos dessa interação na concepção da perspectiva existencial.

Diante das transformações impostas por determinadas restrições e até rupturas, o ser humano muitas vezes se vê dilacerado. Nesses momentos deve-se ficar consigo mesmo, apaziguando os opostos dentro de si para suportar essa cisão. É um esforço considerável ter atitude firme e paciente para que as forças fragmentadas no íntimo de cada um, se unam em sua integralidade de modo a permitir a volta ao centro de si (GRÜN, 2004).

Nas palavras de Amaral e Magnabosco (2019 , p. 137-139):

[...] conceber o homem da mesma maneira como se concebe um objeto inanimado é uma visão reducionista e incoerente que ignora a complexidade e riqueza de sua existência. Há muito mais da vida que nos escapa, que é imprevisível e instável [...] o mundo que envolve minha existência como um todo; a existência corporal, espiritual e suas manifestações; é o mundo que constitui o solo da nossa existência.

### 7.1 A Perspectiva Biológica

O processo de envelhecimento deve ser visto sob a ótica de todo o ciclo de vida, e jamais isoladamente. Conforme afirma MORAES, E., MORAES, F. e LIMA (2010), “Existem evidências de que o processo de envelhecimento é de natureza multifatorial e dependente da programação genética e das

alterações que ocorrem em nível celular-molecular.” Desse modo, a genética estabelece mecanismos garantidores da hereditariedade, que determinam as características comuns ao ser humano.

Estudos revelam que grande parte das principais causas de morte na velhice, ocorrem por doenças crônicas e cardíacas. Contudo, a nível mundial, para aqueles acima dos 60 anos, as principais causas de morte para além das doenças cardíacas, são as infecções do sistema respiratório e câncer de pulmão (PAPALIA; FELDMAN; MARTORELL, 2013).

Nesta fase da vida, é suscetível mudança na região cerebral, inclusive de pessoas saudáveis, variando de pessoa para pessoa, no tocante a elaboração de tarefas. O fato é que afetam mais algumas pessoas do que outras, passíveis de impactar o indivíduo e trazer consequências sociais e cognitivas.

As alterações sensoriais-motoras aumentam com a idade, e nessa fase da vida, predispõe muitos a acidentes e a quedas. Outras modificações como a visão e a audição podem ser limitantes do ponto de vista da independência corpórea, como nas interações sociais (PAPALIA; FELDMAN; MARTORELL, 2013).

Em relação a nutrição, destaca-se a relevância de uma dieta saudável, de forma a reduzir os riscos de obesidade, pressão alta e colesterol alto, como também a suscetibilidade à doenças crônicas como arteriosclerose, doenças cardíacas, diabetes e limitações funcionais (PAPALIA; FELDMAN; MARTORELL, 2013).

Verifica-se que a memória é concebida do ponto de vista da neurobiologia, “para a consolidação do conhecimento, e também de sua lembrança e esquecimento (BRANDÃO, 2016, p. 113). Assim, corroboraram dessa afirmação Brandão (2017, p. 16-17) *apud* Isquierdo (2004a, p. 21) enfatizando que:

A memória é a aquisição, conservação e evocação das informações dos fatos vividos por cada indivíduo, e que tanto a formação quanto sua extinção – os esquecimentos – estão vinculadas a um sistema complexo, sendo que a formação das memórias de longa duração “[...] dependem de forma direta das modificações bioquímicas estruturais, derivadas por sua vez, da síntese de novas proteínas durante e depois da formação de cada uma delas.

Como aponta Cury (2011, p. 46 ), “A memória global, tanto genética como existencial, é a matriz básica para a formação do Eu.” Nesse sentido, a memória é constitutiva do homem e para tal requer: emoção, interesse, motivação, que mobilizam os desejos e sentimentos sem os quais fica incompleta. Dessa forma aquilo que é indiferente não há como ser incorporado, consolidado e por vezes não pode ser também recuperado (BRANDÃO, 2016).

No que se refere às alterações motoras essa condição pode ser mais dolorosa diante das limitações que influenciam esse processo. O corpo já não responde tão rápido aos comandos, há restrições na mobilidade e na coordenação, que podem ser momentâneos ou permanentes. Mas seus impactos afetam todo um modo de ser.

Além dessas restrições, outras comumente graves ocorrem; tais como: risco de acidentes e fraturas, redução da resistência, desgastes articulares, perda de massa muscular e da densidade óssea, alterações na marcha e no equilíbrio, paralisia dos membros inferiores e ou superiores, afetando profundamente o idoso.

É importante destacar, o quanto estes aspectos físicos contribuem para uma modificação mental, e conseqüentemente torna essa pessoa mais vulnerável a uma gama de conflitos, afetando em muitos casos a personalidade e provavelmente a fragmenta.

Observa-se outras mudanças significativas que merecem atenção e acompanham o envelhecimento físico:

A pele mais velha tende a se tornar mais pálida e menos elástica; e assim como a gordura e os músculos encolhem, a pele fica enrugada. São comuns varizes nas pernas. O cabelo fica mais fino, grisalho e depois branco, e os pelos do corpo tornam-se mais ralos. [...] a composição química das alterações ósseas cria um risco maior de fraturas. Mudanças menos visíveis, mas igualmente importantes, afetam os órgãos internos e o organismo em geral, o cérebro e o funcionamento sexual, motor e sensorial conforme (PAPALIA; FELDMAN; MARTORELL, 2013, p. 581 ).

É certo que as alterações biológicas, os enfraquecimentos, as deficiências, e a vulnerabilidade às doenças podem ser amenizadas demonstrando relativa estabilidade para aqueles que cotidianamente mantém-se ativo e adota estilos de vida saudáveis.

Para o indivíduo a existência tem um valor único, e o modo como confere o sentido à vida, reflete não somente na saúde, como em todas as dimensões do existir. Desse modo, ao ter significativo domínio sobre o mundo, é sensato defender-se de agressões externas afim de restabelecer o equilíbrio quando esse estiver comprometido. O propósito é conferir ao organismo sua força e preservar sua intensidade (BEAUVOIR, 1990).

Com efeito, o envelhecimento é um constante remanejamento de si, na medida em que seu desdobramento implica em estratégias encontradas para lidar com as limitações das capacidades físicas, e por conseguinte a forma como ocorrem as interações com o mundo (LE BRETON, 2018).

Desse modo, o enfraquecimento corporal impõe austeridades, trazendo à reboque o temor de ficar à margem de uma vida não vivida, e portanto um fardo.

Para isso, é essencial compreender o corpo físico na percepção do sofrimento humano, da dimensão existencial, buscando refletir vivências da Corporeidade, como manifestação do modo de ser e da presença no mundo. Assim, destaca-se o entendimento de Magnabosco (2017, p. 78 -115):

A corporeidade é isso que diz o que o corpo é, como ele significa que no modo como falamos, ouvimos, nos comportamos, pensamos, sentimos etc, diz o que nosso corpo é cada vez, [...] é constantemente transfigurado pela presença do outro, [...] ele é na relação e somente por ela nos tornamos humanos. Um corpo quando não transfigurado pela presença do outro, torna-se um corpo-coisa (hipocondria) e não encontra meios de perceber subjetivamente a vida no mundo (histeria) [...] nosso corpo é nossa morada [...] é vivo e, por essa condição vital, pode nos assinalar alguns pensamentos, sentimentos, movimentos e enfrentamentos dos quais, em diversas ocasiões, não temos consciência, nem palavras para nomearmos o que sentimos. É o corpo quem nos coloca a noção de como estamos nos situando diante todas as circunstâncias que a existência nos coloca.

Nos dias atuais, ocorre um fator agravante: a pandemia do Covid-19, representa real ameaça à vida, atingindo preferencialmente aos idosos que são mais suscetíveis, gerando um medo difuso e conseqüentemente adoecimentos psicossomáticos.

## 7.2 A Perspectiva Social

A dimensão social representa para muitas pessoas um tempo em que já não é possível realizar sonhos ou que mesmo realizando-os não foi possível alcançar o objetivo ou resultado que se esperava.

Por múltiplas razões, cria-se uma ruptura, desfaz laços, decide-se por desaparecer de si, sem encontrar sentido na própria existência.

Há que compreender que na maturidade a relação com a integralidade muda e a pessoa percebe-se que existem coisas que se excluem, ou diminuem e outras estão fora do alcance, ou ainda não cabem num espaço de uma vida (POMPÉIA; SAPIENZA, 2014 , p. 145).

Todavia, é perceptível um turbilhão de mudanças, e, conforme estabelece Luft (2010, p. 48):

A chegada da velhice não precisa enferrujar a alma. Sendo inevitável, ela devia ser aguardada e recebida como uma amiga há muito anunciada. E ela vem aos poucos, vem mansa. Não precisamos pedir desculpas quando ela chega, inventando para os outros que temos menos idade do que temos. Não precisamos nos desculpar nem por ainda querer alegrias e curtir atividades, nem por talvez precisar de ajuda e de atendimento. O espírito é mais importante do que rugas, manchas, andar lento e corpo encolhido: não o espírito jovem [...] mas um espírito próprio de cada idade, aberto e gentil.

Outro aspecto é que às vezes a pessoa conseguiu jogar fora questões significativas como a consciência de seu grande projeto de vida (SAFRA, 2006 ). A solidão nessa etapa da vida pode afetar a saúde, e frequentemente é interpretado com rejeição, indiferença e nesse ciclo, produz muito sofrimento.

Sabe-se que o sentido de existência varia de pessoa para pessoa e o preço a pagar pela sua ausência é demasiadamente caro, pois pode trazer muita culpa. Outra fala, merece consideração:

Quando um homem descobre que seu destino lhe reservou um sofrimento, tem que ver nesse sofrimento também uma tarefa sua, única e original. Mesmo diante do sofrimento, a pessoa precisa conquistar a consciência de que ela é única e exclusiva em todo o cosmo dentro deste destino sofrido. Ninguém pode assumir dela o destino, e ninguém pode substituir a pessoa no sofrimento. Mas na maneira como ela própria suporta esse sofrimento está também a possibilidade de uma realização única e singular (FRANKL, 2008 , p. 102-103).

Por outro lado, há aqueles que adquirem ou conservam um vigor tal qual na juventude, viabilizam projetos, envolvem em missões e sequer pensam que a idade represente um empecilho. Muitos se propõem a viver intensamente tamanha é a positividade e a capacidade de enfrentamento e de encontrar sentido na vida.

É um desafio e ao mesmo tempo um privilégio quando estabelecer novos laços, novos afetos, que conferem estabilidade ao ciclo da existência. Todavia, o estado biológico do idoso pode ser afetado quando não há interesse e curiosidade pela vida (BEAUVOIR, 1990).

Conforme assinala Arantes (2019, p. 136), “A expressão do afeto, é o que transforma, e nos sentimos plenos na vida se formos instrumentos de transformações [...] Tudo pode morrer, exceto o Amor. Só o Amor mercê a imortalidade dentro de nós.”

Percebe-se que conquistar mais sabedoria, vivências permeadas de confiança e serenidade diante de fatos que outrora seriam motivos de aflição, parece exitoso. É interessante entender que maturidade (estágio adulto) e velhice (último ciclo da vida), não são decadências, mas etapas que possibilitam transformações (LUFT, 2003, p. 127).

O processo de construção de um Eu social, exige que se desenvolva virtudes como: altruísmo, solidariedade, cidadania, generosidade, empatia, paciência, amor, auto superação, silêncio, gratidão entre outros, os quais validam etapas de crescimento, essencial para a existência.

Por diversas razões, não se pode vivenciar todas as possibilidades da vida, mas a não realização de aspectos-chave e relevantes que corresponde a cada ser devem ser trazidos para a existência, sob pena de se tornar perturbador e problemático. Em uma análise sincera, “a vida não vivida não “desaparece” apenas por falta de uso, ou ao ser deixada de lado, ou por pensarmos que abandonamos não é mais útil ou relevante (JOHNSON; RULH, 2010, p. 16).

Ao ser tomado pelo desejo de realização de novos projetos, encontra-se razões e possibilidades de ressignificar a vida. É o que aponta (BEAUVOIR, 1990, p. 553, 555, 556):

A indiferença intelectual e afetiva do homem idoso pode reduzi-lo a uma total inércia [...] os indivíduos cuja velhice é mais favorecida são aqueles que têm interesses polivalentes [...] extinta a sua vitalidade, ele ignora a plenitude de seus verdadeiros desejos, das paixões que visam a um objeto real: procura simulacros [...] os valores e os fins que encontramos fora de nós são fruto de nossos investimentos. É nossa ausência de paixão, é nossa inércia que cria o vazio à nossa volta.

O indivíduo na convivência com o outro, em constante movimento, é capacitado para criar, enraizar e manter sólidas relações de amizade, tornando esses vínculos passíveis de reconhecimento no cotidiano (LE BRETON, 2018).

Assim, não compartilhar afetos e experiências é privar o outro de intensos encontros que em sua potência são transformadores. Nessa etapa da vida é essencial viver a própria vida com intensidade, e não a vida que é imposta pelos outros, sociedade, etc. É fundamental ter o próprio lugar, aonde se sinta bem e não adormecido, pois se espera que ela seja desdobramento e abertura (LUFT, 2003, p. 148).

Todavia, o estado de felicidade é vivenciado de pequenos instantes, onde é possível desfrutar de absoluta alegria. O percurso de altos e baixos trazem amadurecimento e iluminam caminhos por vezes tortuosos.

Este estado é percebido em diferentes circunstâncias, e é mágico perceber a riqueza da existência:

Quando falamos de felicidade, muitas pessoas pensam que se trata apenas de alegria e prazer. Mas o estado pleno de felicidade é muitas vezes alcançado depois de um momento muito difícil da vida que foi superado; momentos importantes e tensos pelos quais passamos com sangue, suor e lágrimas, mas dos quais saímos inteiros. Cobertos de cicatrizes, mas sobreviventes. Melhores, mais fortes do que antes. Isso nos traz um estado de felicidade plena (ARANTES, 2019, p. 150 ).

Na verdade, a vida não é suficientemente longa para postergar planos, sonhos, e uma infinidade de desejos não vividos. Nesse sentido, aquilo que não foi possível experimentar é na maioria das vezes o “problema”, que possivelmente virá acompanhado de medo, arrependimentos, decepções e sorrateiramente irá se instalar no inconsciente causando doenças.

Diante a efemeridade da existência, ao examinar e explorar a vida não vivida, verifica-se, que há outras possibilidades de alcançar novas vitalidades, força e consentimento daquilo que de fato é importante (JOHNSON; RULH, 2010).

A satisfação em viver a vida profundamente como fonte de bem-estar emocional requer coragem e dedicação. É, portanto, uma construção diária. Conforme aponta Safra ( 2006):

A experiência da dignidade, como os outros me conhecem, se eu me realizo como uma presença significativa, um ser participativo, sócio-cultural, se eu me realizo afetivo, profissional e socialmente tem uma dimensão pessoal, subjetiva e social. A não-realização de si no campo sócio- cultural tem uma dimensão maior.

O contato e o apoio mútuo entre familiares é essencial e visto como equilíbrio para todos. Em que pese não viverem próximos, mas, se o relacionamento ocorre em um ambiente de contatos frequentes, baseados em interações prazerosas e afetuosas, esses aspectos contribuem para o bem-es-

tar emocional e um forte sentimento de identidade (PAPALIA; FELDMAN; MARTORELL, 2013, p. 607).

### 7.3 A Perspectiva Psíquica

Na busca pela compreensão dessa dimensão, o idoso pode apresentar incapacidades que impactam suas principais atividades da vida, alterando seu comportamento em virtude de um sofrimento mental.

Sob a ótica da fenomenologia-existencial, Magnabosco (2017, p. 09), ressalta que “A leitura das manifestações do sofrimento humano é feita por meio da história interior de vida com a compreensão do sentido que dá luz e rumo aos acontecimentos.”

Nesse sentido, aborda-se neste estudo, adoecimentos impactantes e que podem levar a uma fragmentação do modo de ser do homem, comprometendo sua existência.

Ao falar da depressão, sabe-se que ela é mundialmente um dos transtornos mais diagnosticados, representando dificuldades de se estabelecer relações com o mundo. Assim, conforme Le Breton (2018, p. 68-69):

Para além do luto, depressão é uma experiência coercitiva de desaparecimento [...] para além do âmbito clínico, a noção de depressão torna-se uma referência comum, traduzindo para muitos o sentimento de um esmagamento completo da própria existência [...] lança raízes em um acontecimento atual insuperável para o indivíduo, em um luto, em uma demissão, em uma separação... embora ela nem sempre tenha uma razão clara. Ela bate às portas de um homem ou de uma mulher cujas vidas pareciam transcórrer dentro da normalidade [...] uma patologia da temporalidade, a interrupção da duração suspende a existência e contribui para torna-la sem graça, sem brilho [...] para a pessoa deprimida, o tempo parece ter congelado e na verdade alimenta o sofrimento tornando os dias e as noites intermináveis.

Desse modo, alguns transtornos são próprios da corporeidade, ou seja, o modo como o corpo é percebido, sentido, vivido e se faz presente nas inter-relações. Assim, Barbosa e Magnabosco (2019, p. 111) compartilham que:

Um corpo que é próprio ao ser, também o é na constatação do corpo alheio, que de modo expressivo constitui o outro da relação e instaura a compreensão de que corpo-consciência-mundo tornam-se uma unicidade intransponível pela lógica sartreana.

Em decorrência da fragmentação do ser, ocorre uma cisão ou uma dissociação da personalidade e o percurso a ser feito passa pela conscientização das partes inconsciente do homem (GRÜN, 2004).

De acordo com Magnabosco (2017, p. 30, 37-38, 95-96) pode-se conceituar a neurose, a hipocondria e a depressão como:

A neurose são zonas de sombreamentos onde habitam conflitos entre o modo como se vive e o que se esperaria sentir e viver. Acontece em função de um modo aprendido pela pessoa de vivenciar a realidade em sua história de vida. Não são doenças, mas alterações do ânimo ou do humor. Em relação à hipocondria é um modo de ser que recusa a relação do homem consigo próprio e com o outro. A pessoa fica no dentro (recusa das relações), por um medo de colocar-se entre pessoas. O corpo deixou de ser morada das humanidades, para se reduzir a um constante objeto de prazer, de uma estética da aparência, e de uma insensibilização dos sentidos. Já a depressão é uma alteração do estado de ânimo no qual a pessoa sente a perda ou privação de um bem que a afeta de forma contundente[...] uma vivência de angústia [...] a pessoa sente-se bloqueada em sua capacidade de reorganização da realidade, de acordo com as novas exigências advindas da perda e necessidade de atualização daí decorrente. É como se a pessoa perdesse sua base de sustentação existencial, escorregando para o vazio e extenuando-se frente à perda de um sustento existencial.

## 7.4 A Perspectiva Espiritual

Para bem compreender as etapas da existência em sua totalidade, Frankl (2008, p. 135,) aponta que:

[...] que o ser humano é uma criatura responsável e precisa realizar o sentido potencial de sua vida [...] o verdadeiro sentido da vida deve ser descoberto no mundo, e não dentro da pessoa humana ou de sua psiquê, como se fosse um sistema fechado.

Frankl, nomeia essa característica constitutiva de “a autotranscendência da existência humana”, pois requer do homem a capacidade de dedicar-se a uma causa com ou amar alguém, para que sua existência seja de autorealização.

Assim, relata Johnson e Rulh (2010, p. 59-60):

Somos colocados face a face com nossos fracassos e perdas. Conforme envelhecemos, cada um de nós se confronta com limitações, ameaças à nossa capacidade de controlar os resultados e deflações de nossas presunções de onipotência.

Para esses autores, vai depender de cada um, ou seja, pode-se ficar na superfície da vida ou aprender que a vida é profunda, nem sempre confortável, mas para além do que se pode supor ela é misteriosa e extraordinária.

Ao interiorizar a vida passada, o idoso depende dessa etapa para concretizar a situação atual ou a abertura do futuro, seja por meio de imagens, de fantasmas ou de atitudes afetivas. Esta é uma condição a partir da qual ele se projeta e viabiliza seu existir (BEAUVOIR, 1990).

Nas palavras de Grün (2008, p. 91-92 ), “ninguém é obrigado a vestir a camisa de força da unidade. Existirá muito mais unidade, quando cada um puder ser o que ele é, porque no amor cada um encontrará espaço para desenvolver sua identidade única.”

Com efeito, viver a vida em sua totalidade e seguir esse percurso com força, determinação e confiança, não é tarefa das mais fáceis. Para tal, requer empenho entre outras práticas. Assim, há que se ater aos detalhes preciosos, conforme aponta Luft (2003, p. 154-155):

O mundo em si não tem sentido sem o nosso olhar que lhe atribui identidade, sem o nosso pensamento que lhe confere alguma ordem. Viver como talvez, morrer, é recriar-se a cada momento [...] a vida não está aí apenas para ser suportada ou vivida, mas elaborada. Eventualmente programada. Conscientemente executada. [...] Falei de perdas e ganhos que dependem da perspectiva e possibilidades de quem vai tecendo a sua história[...] não é preciso realizar nada de espetacular. Mas que o mínimo seja o máximo que a gente conseguiu fazer consigo mesmo.

Diante da possibilidade de vivenciar esse percurso, espera-se o apoio dos outros, o abraço, o colo, entre outros, ainda que sejam relativos e passageiros. Todavia, a força decisiva deve vir de cada um, e para isso precisa-se de recursos internos sólidos que emergem, que sustentam, que nutram e sejam o apoio provedor esperado (LUFT, 2010).

No entanto, fazendo uso da capacidade de transformar toda uma existência, saber que a experiência emocional vivida e a profunda consciência dela, não deve ser confundido com a história pessoal, pois essa é a biografia da pessoa, sua história concreta e objetiva que o destino proporcionou (BALLONE; ORTOLANI; PEREIRA NETO, 2007).

Outros aspectos merecem atenção quanto à aproximação da finitude. Diante dessa perspectiva, Arantes (2019, p. 44) enfatiza que:

Em geral nesse momento de clara consciência da finitude, essa dimensão ganha uma voz que nunca teve antes. Existe aí um risco grande: de que a dimensão espiritual mal estruturada, construída sobre relações de custo e benefício com Deus ou com o Sagrado, caia em ruínas diante da constatação de que nada vai adiar o Grande Encontro, o Fim, a Morte. Muitas vezes a dor maior é a de sentir-se abandonado por um

Deus que não se submeteu às nossas vontades e simplesmente desapareceu da nossa vida em um momento tão difícil e de tanto sofrimento.

Para Pompéia e Sapienza (2014, p. 82) “a morte fala da perda, a perda fala da dor, e a dor assusta [...] quando ela nos toca mais proximamente, torna-se uma coisa estranha, gera um espanto.”

Pode parecer estranho, mas a morte é a possibilidade de um término, cujo sentido maior seja a reconciliação. Então, estabelecer um sentido pessoal para a própria morte, implica em terminar e a morte não é mais vista como agonia, como perda, como não realização, mas pode vir alcançada com término.

Houve um percurso e agora o homem vislumbra a possibilidade de terminar e de ver um sentido. Assim, é fundamental o perdão para si, para a história. Sem ele não se envelhece, não se realiza e não se alcança a morte (SAFRA, 2006).

A finitude, ressaltam Pompéia e Sapienza, (2014, p. 137), refere-se também “a percepção de todos os outros limites a que estamos sujeitos, entre os quais se incluem a ausência de quem gostaríamos de ter próximos, a percepção da precariedade presente de todo lado, a aceitação de que não podemos tudo.”

Na busca da compreensão da finitude, cabe a reflexão, conforme aponta Arantes (2019, p. 50, 124, 126, 182):

As pessoas morrem como viveram. Se nunca viveram com sentido, dificilmente terão a chance de viver a morte com sentido O fim da vida é uma experiência que tem grande poder de transcendência [...] ela é sempre sagrada [...] se a nossa espiritualidade estiver sobre uma base de Amor e Verdade, vivenciados e não somente conceituados, não importa o caminho que escolhemos, a vida dará certo. Sempre.

Nesse caminhar é preciso reconhecer as dimensões da existência e vivenciar as relações e experiências que surjam como um sopro de serenidade, de esperança e de conquista.

## 8 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho teve por objetivo a apresentação de alguns fatores que influenciam no processo de envelhecimento, abordando-os na perspectiva fenomenológico-existencial, a qual lida com a questão do sentido e suas intencionalidades em todas as dimensões do existir.

Essa abordagem proporciona ao homem a ampliação da sua consciência como o principal responsável por suas escolhas, suas implicações na auto-construção da subjetividade, da identidade e, sobretudo a reflexão do real significado da sua vida.

Durante esse processo é possível identificar em que ponto da existência ou da resistência o idoso se encontra e quais significados ele atribui a si, diante das considerações das suas potencialidades.

Assim, compreender a dimensão da existência humana na sua completude, permite ampliar a relevância dos aspectos biopsicossociais e espirituais na constituição do ser. A base teórica da fenomenologia existencial auxiliou na construção desse entendimento, apresentando pontos convergentes com teorias de autores clássicos e contemporâneos, como também de outras áreas, e dessa forma enriqueceu o estudo da temática proposta no presente trabalho.

Espera-se que as questões levantadas possam contribuir para ampliar a importância da dimensão da existência, da sua construção, da conquista desse lugar singular e sagrado, do apreço, do amor, da confiança, os quais permeiam a compreensão da real importância na vida do homem.

## REFERÊNCIAS

AMARAL, Cecília Silva Campos do; MAGNABOSCO, Maria Madalena. **Com-textos em análise existencial**: estudos produzidos no Curso de Especialização em Psicologia Clínica Gestalt-Terapia e Análise Existencial. Belo Horizonte: Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas, 2019. v. 1.

ARANTES, Ana Cláudia Quintana. **A morte é um dia que vale a pena viver**. Rio de Janeiro: Sextante, 2019.

- BALLONE, Geraldo José; ORTOLANI, Ida Vani; PEREIRA NETO, Eurico. **Da Emoção à Lesão - Um guia de Medicina Psicossomática**. 2. ed. rev. e ampl. Barueri: Manole, 2007.
- BARBOSA, Mônica Cristina Combat; MAGNABOSCO, Maria Madalena. **A transcendência da pele: corporeidade em tempos hipermodernos – Uma reflexão fenomenológica**. Com-textos em análise existencial - existencial: estudos produzidos no Curso de Especialização em Psicologia Clínica Gestalt-Terapia e Análise Existencial. Belo Horizonte: Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas, 2019. v. 1 .
- BEAUVOIR, Simone de. **A Velhice: O mais importante ensaio contemporâneo sobre as condições de vida dos idosos**. Rio de Janeiro: Nova fronteira, 1990.
- BRANDÃO, Vera Maria Antonieta Tordinio. **Labirintos da Memória: Quem sou eu?** São Paulo: Portal Edições: Envelhecimento, 2016.
- COSTA, Daniela Caldeira . Características biológicas e psicológicas do envelhecimento. **Revista Médica de Minas Gerais**, Belo Horizonte, v. 20, n. 1, p. 67-73, 2010. Disponível em: <https://repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/CMFC-7DTN84/1/pdf>. Acesso em: 19 mar. 2021.
- CURY, Augusto. **A Fascinante Construção do Eu: Como desenvolver uma mente saudável em uma sociedade estressante** . São Paulo: Planeta, 2011.
- FRANKL, Viktor. **Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração**. Petrópolis : Vozes, 2008.
- GRÜN, Anselm. **A Sublime Arte de Envelhecer**. Petrópolis : Vozes, 2008.
- GRÜN, Anselm. **O Ser Fragmentado: Da Cisão À Integração**. Aparecida: Ideias & Letras, 2004.
- IBGE . **Idosos indicam caminhos para uma melhor idade**. 2018. Disponível em: <http://censo2022.ibge.gov.br/noticias/24036-idosos>. Acesso em: 15 mar. 2021.
- JOHNSON, Robert A; RUHL, Jerry M. **Viver a Vida Não Vivida: A arte de lidar com sonhos não realizados e cumprir o seu propósito na segunda metade da vida**. Petrópolis: Vozes, 2010.
- LE BRETON, David. **Desaparecer de si: Uma tentação contemporânea**. Petrópolis: Vozes, 2018.
- LUFT, Lya. **Perdas e Ganhos**. 2. Envelhecimento. 17. ed. Rio de Janeiro , 2003.
- LUFT, Lya. **Múltipla Escolha**. 3. ed. Rio de Janeiro : Record, 2010.
- MAGNABOSCO, Maria Madalena. **Outras Palavras em Psicopatologia**. Belo Horizonte : Ophicina de Arte & Prosa, 2017.

MORAES, Edgar Nunes; MORAES, Flávia Lanna, LIMA, Simone de Paula Pessoa. Características biológicas e psicológicas do envelhecimento. **Rev Med Minas Gerais**, Belo Horizonte, v. 20, n. 1, p. 67-73, 2010. Disponível em: [http://www.observatorionacionaldoidoso.fiocruz.br/biblioteca/\\_artigos/197.pdf](http://www.observatorionacionaldoidoso.fiocruz.br/biblioteca/_artigos/197.pdf). Acesso em: 16 mar. 2021.

PAPALIA, Diane E; FELDMAN, Ruth D; MARTORELL, Gabriela. **Desenvolvimento Humano**. Porto Alegre: AMGH Editores Ltda, 2013.

POMPÉIA, João Augusto; SAPIENZA, Bilê Tati. **Na Presença de Sentido**: uma aproximação fenomenológica a questões existenciais básicas. 2. ed. São Paulo: Educ, ABD, 2014.

SAFRA, Gilberto. **Maturidade e morte**: série a visão clínica de Gilberto Safra. Curso completo ministrado no curso de pós-graduação em Psicologia Clínica da PUC/SP. São Paulo: Sobornost, 2006 . DVD.

SAFRANSKI, Rüdiger. **Heidegger**: um mestre da Alemanha entre o bem e o mal. São Paulo: Geração Editorial, 2000.