

Resenha “Suicídio e Luto: histórias de filhos sobreviventes”

Fukumitsu, K, O. (2013). Suicídio e Luto: histórias de filhos sobreviventes. 314p. São Paulo, Digital Publish & Print. ISBN 978-85-65294-17-1.

Suicídio é tema que impacta pessoas que o vivem diretamente. Pode ser previsível, se ocorre após várias tentativas, ou repentino e imprevisível se não forem percebidos seus sinais. Sentimentos intensos e ambivalentes estão presentes, imperando a culpa. Poderia ter sido percebido, detectado ou impedido pelo familiar ou amigo? O suicídio deixa fragmentos e estilhaços em quem o comete e que atingem os sobreviventes, principalmente filhos, como é o caso desta obra. Perdem os pais, pessoas de referência, seus modelos. Sentem-se abandonados, por vezes, responsáveis pela morte.

O luto de pessoas, que perderam entes queridos por suicídio, é também especial. Enlutados são chamados de sobreviventes por viverem a morte por suicídio, como tragédia, e seu processo de luto merece cuidados especiais dos profissionais, que se dedicam a estes enlutados. A obra mescla relatos pessoais da autora e dos colaboradores, que apresentam histórias de amor e sofrimento.

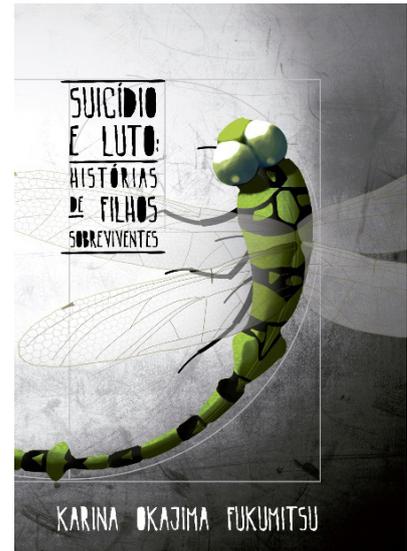
Os capítulos da obra são referência sobre suicídio e luto, apresentando bibliografia nacional e estrangeira atualizada. A morte é tema tabu no século XXI, com dificuldades de comunicação entre pacientes, familiares e profissionais de saúde. Muitas vezes, só se enfatiza somente um dos polos do “entre”, a vida soberana a todo custo. Não ter tido preparação na graduação é o bordão repetido, quando não há intenção de se abrir para a questão, como se a morte fosse desconhecida para profissionais de saúde e não evento natural do final da existência humana.

Entre interditos e tabus da morte, o suicídio é o mais forte. Morte inesperada e violenta, conforme a modalidade escolhida, fere profundamente a pessoa que morre e os que vivem a perda. O suicídio é silenciado e oculto, muitas vezes, registrado como acidente ou ferimento. Os índices de suicídio aumentam exponencialmente, mesmo com a ressalva acima, principalmente entre jovens.

A autora pesquisou bibliografia nacional e estrangeira sobre o suicídio e luto, atualizando o conhecimento sobre estes temas. Entrelaça referências e citações com suas reflexões buscando compreensão ampla e sensível sobre o suicídio. Apresenta abordagens psicológicas com ênfase na Gestalt Terapia, sua opção teórica. Destaca questões sociais, médicas e culturais, que compõem o pano de fundo para a reflexão e discussão sobre suicídio. Nunca se deve falar a última palavra sobre suicídios, usado no plural, uma vez que cada história de suicídio tem suas peculiaridades e conflitos presentes na opção pela morte auto infligida. Não há respostas simples e sim conflitos, paradoxos e controvérsias. A obra propõe caminhos e alternativas de compreensão e cuidado a pessoas, que sofrem com o suicídio.

O suicídio pode ter representações diversas entre as quais: punição, fuga, libertação, crime, transgressão religiosa, provocando estigma em quem o consoma. Nem sempre se conhecem suas múltiplas motivações. Não é ato isolado, e sim processo, do qual, por vezes, só se conhece sua finalização. Nunca é evento solitário, atinge no mínimo 5 a 6 pessoas. Vendo sob outro ângulo, o suicídio pode ser forma de ter controle sobre a vida e morte. Como bem aponta a autora, suicídio é morte traumática que impacta, silencia e causa vergonha.

Ao falar sobre prevenção do suicídio, atualmente visto como problema de saúde



pública, a autora apresenta um termo ainda pouco conhecido em nosso meio, a posvenção, entendida como forma de minimizar, o quanto possível, o sofrimento dos sobreviventes. Encontra-se aí o foco do trabalho de Karina Okajima Fukumitsu, compreender e cuidar do processo de luto de filhos de pais, que consumaram suicídio e também prevenir outros suicídios, como consequência do sofrimento pela perda da pessoa querida.

Uma questão fundamental é: o luto por suicídio é diferente das demais situações de perda? É importante compreender as motivações e significado do ato suicida. Pode ser uma forma de encerrar ou transformar a dor. Significa também lidar com sentimentos intensos e ambivalentes, em que crenças e o mundo presumido são fortemente abalados. Culpa, arrependimento, choque, autoacusação, raiva, vergonha, estigma, isolamento, rejeição, falta de sentido foram alguns dos processos vividos pelos colaboradores entrevistados pela autora.

Filhos se perguntam por que os genitores que deveriam representar colo, amparo, proteção, amor incondicional, segurança, na situação de suicídio os abandonam. Sentem que não foram suficientes para manter seus pais vivos, num sentimento de impotência, mesmo que relatos anteriores ou bilhetes indiquem que os suicídios não ocorreram por causa de seus entes queridos.

Nove colaboradores, filhos de genitores que cometeram suicídio, dividem com a pesquisadora, suas histórias e sentimentos na confiança que seus depoimentos poderão ajudar outras pessoas. Os relatos dos colaboradores, em fragmentos escolhidos pela autora, embasam os temas principais organizados de forma que os leitores possam se inteirar desta experiência tão impactante. São depoimentos que refletem experiências únicas e também coletivas, são filhos de pais que cometeram suicídio. Reviver suas histórias foi sentido como cuidado e forma de reelaboração da perda. Confirma-se que realizar pesquisas sobre este tema é fundamental, mesmo tendo que esclarecer questionamentos de Comitês de Ética sobre eventual sofrimento causado aos pesquisados, por reviverem suas histórias. O benefício pode ser para o colaborador e também para os estudos sobre o tema, permitindo que se compreenda melhor o impacto do suicídio sobre o enlutado sobrevivente.

Temas abordados pelos participantes incluíram o trauma de uma morte violenta, inesperada de figura vista como protetora pelos filhos. Poderia ser evitado? Havia sinais anteriores? Deveriam interferir no processo do suicídio, prolongando o sofrimento, ou deveriam deixar acontecer e assim abreviar o sofrimento? Deixar morrer é colaborar ou respeitar a pessoa em sofrimento? Um fator que estigmatiza os sobreviventes é serem vistos como incapazes para evitar ou cuidar da pessoa que consuma o suicídio. Este torna presente uma pessoa, ausente em vida, durante o processo de ideação ou tentativa de suicídio. Um paradoxo: presença na morte, ausência na vida? Uma morte por impulso e repentina, que não permite dizer adeus.

Os filhos entrevistados se perguntam, podem repetir a situação de seus pais? Temor que aumenta quando se aproxima a data ou idade em que o genitor se matou. Perguntam-se, podem ser bons pais ou mães, sem ter os genitores como modelo. Respostas rápidas afirmativas ou negativas a estas questões poderão conduzir a erro, generalizações e simplificações grosseiras.

A falta de explicação, sentido para o suicídio pode dificultar a elaboração do luto. Buscar sentido, explicações, revisão das histórias, compartilhamento de sentimentos, falar e não calar é forma de lidar com o sofrimento.

O suicídio, por ser morte tão impactante, pode causar estresse intenso, antes do acontecimento, por ideação constante e tentativas anteriores, desorganizando a estrutura familiar, até o ato suicida. Manifesta-se breve alívio, como mencionam os colaboradores, quando o suicídio se consuma. Alívio que é sentido, mas reprimido, por ser julgado como insensibilidade pela sociedade. O sobrevivente sofre duplamente, por não ter seu luto

reconhecido e compreendido. É fundamental falar sobre suicídio e principalmente destravar o calar, que o evento provoca.

Crianças que perdem seus pais são órfãs, mais difícil ainda, quando a morte é por suicídio. Crianças podem perguntar sobre a morte de seus pais, e se for por suicídio? Com que idade dizer às crianças que seu genitor consumou suicídio? Os relatos apontam que o segredo do suicídio é conhecido por pessoas à volta da criança, mas não para ela. Esclarecimentos são fundamentais e filhos nunca deverão ser culpados pela morte de seu genitor, mesmo que pensem que sejam.

Entre as formas de enfrentamento utilizadas pelos colaboradores estão: resiliência, espiritualidade, psicoterapia, buscando-se significação existencial. Não há forma padronizada de lidar com a situação e a busca dos recursos internos do sobrevivente é fundamental, principalmente encontrar o sentido de continuar a existência, sem a presença de pessoa tão importante na vida dos filhos, seus pais.

A autora, psicoterapeuta com ampla experiência em atender pessoas com ideação ou tentativa de suicídio e pessoas enlutadas, faz com que seja facilitadora dos relatos de seus colaboradores, e ao final deles, oferecendo cuidados ao fim da entrevista. Cientista séria, competente e responsável na área das ciências humanas, autora compõe a sua obra com contribuições ricas sobre como pesquisar com sensibilidade este tema tão penoso.

São histórias singulares, sentimentos diversos com forte marca da vivência de pessoas, que compõem o corpus da pesquisa. A arte da cientista, numa perspectiva fenomenológica, foi realizar a escuta atenta com suspensão das ideias e conceitos já conhecidos. É mais fácil julgar e classificar. A mescla de pesquisadora e terapeuta se manifestou na garimpagem dos temas e na tessitura do texto trazendo conhecimentos muito importantes sobre os temas abordados. Trata-se de obra de referência nacional e por que não internacional?

Maria Julia Kovács¹

Junho de 2015

¹ Professora Livre Docente do Instituto de Psicologia da USP. Coordenadora do Laboratório de Estudos sobre a Morte. mjkoarag@usp.br