Mostra Científica
FACULDADE CATHEDRAL

O LUTO AUSENTE E A INVALIDAÇÃO EMOCIONAL EM IDOSOS

Thainá Gomes de Oliveira
Graduanda de Psicologia pela Faculdade Cathedral.
E-mail: thaina.gomes695@gmail.com

Leila de Carvalho Silva Saraiva
Especialista, psicóloga e professora pela Faculdade Cathedral.
E-mail:Carvalho79.leila@gmail.com

O envelhecimento é uma etapa natural do desenvolvimento humano, caracterizada por transformações que abrangem dimensões biológicas, psicológicas, sociais e existenciais, sendo frequentemente acompanhado por múltiplas experiências de perda que podem impactar significativamente a saúde emocional dos indivíduos. Na velhice, essas perdas tendem a se intensificar, envolvendo não apenas a morte de pessoas próximas, mas também mudanças nos papéis sociais, diminuição da autonomia e alterações na própria identidade, o que torna o luto uma experiência recorrente nesse período da vida. No entanto, apesar de sua relevância, o sofrimento emocional dos idosos nem sempre é reconhecido ou legitimado socialmente, sendo muitas vezes naturalizado, o que contribui para sua invisibilização. Nesse contexto, destaca-se o fenômeno do luto ausente, caracterizado pela dificuldade ou impossibilidade de expressar e elaborar a dor decorrente da perda, especialmente quando não há espaços de escuta e acolhimento. Diante dessa realidade, o presente estudo tem como objetivo Compreender os impactos psicológicos e sociais da invalidação do luto em idosos, analisando como a negação da dor interfere na vivência do envelhecimento de forma digna e humanizada A problemática central da pesquisa consiste em analisar quais são os impactos psicológicos e sociais da invalidação do luto em idosos, e de que maneira essa negação da dor afeta a vivência do envelhecimento de forma digna e humanizada. Trata-se de uma pesquisa de abordagem qualitativa, de natureza básica, com caráter exploratório e descritivo, desenvolvida por meio de revisão bibliográfica de obras e estudos científicos que abordam o luto, o envelhecimento e a dimensão psicológica da perda. O processo metodológico envolveu etapas de levantamento de dados em bases acadêmicas, leitura exploratória, seleção criteriosa das fontes, análise interpretativa e categorização das informações relevantes. Os resultados indicam que a invalidação emocional exerce impacto direto na forma como o idoso vivencia o luto, podendo dificultar ou interromper sua elaboração, o que favorece o surgimento do luto ausente. Observou-se que, quando o sofrimento não é reconhecido ou validado, a dor tende a ser silenciada, manifestando-se por meio de isolamento social, sofrimento psicológico prolongado e prejuízos na saúde mental. Além disso, constatou-se que a naturalização das perdas na velhice contribui para a deslegitimação da dor, reforçando a ideia de que o idoso deve lidar com suas emoções de forma silenciosa, o que intensifica o sofrimento e dificulta a construção de significados. Conclui-se que a escuta empática, o acolhimento e a validação emocional são fundamentais para a elaboração saudável do luto, sendo essenciais para o desenvolvimento de práticas psicológicas mais sensíveis e humanizadas.

Palavras-Chave: Luto. Envelhecimento. Idosos. Invalidação emocional. Saúde mental.