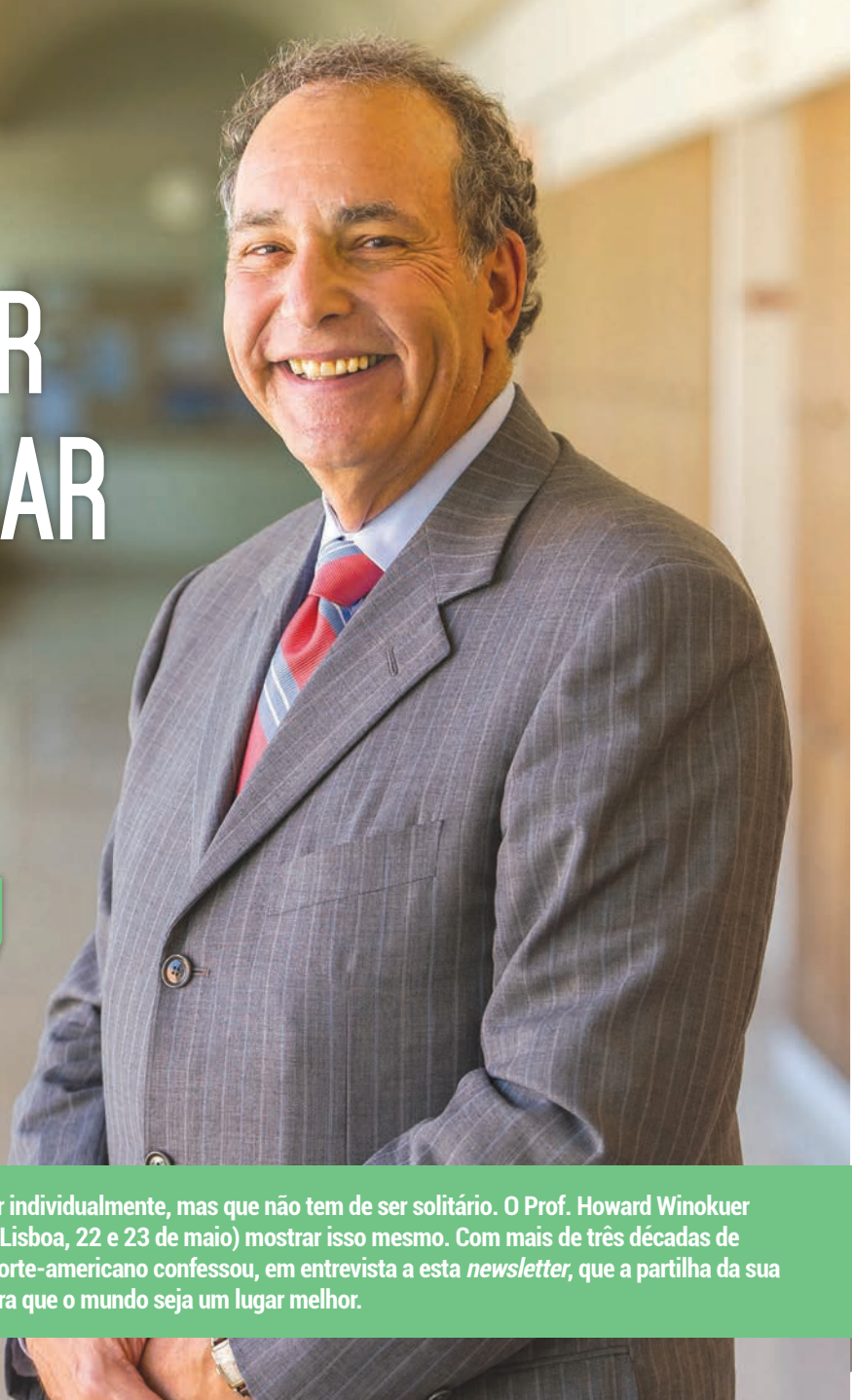


news letter

iNOVA

PROF. HOWARD WINOKUER | Psicólogo e fundador do The Winokuer Center for Counseling and Healing, na Carolina do Norte, EUA



“ QUERO
CONTRIBUIR
PARA TORNAR
O MUNDO
UM LUGAR
MELHOR ”

O processo de luto é um caminho a percorrer individualmente, mas que não tem de ser solitário. O Prof. Howard Winokuer veio ao IV Congresso “O Luto em Portugal” (Lisboa, 22 e 23 de maio) mostrar isso mesmo. Com mais de três décadas de prática clínica na área do luto, o psicólogo norte-americano confessou, em entrevista a esta *newsletter*, que a partilha da sua experiência tem como objetivo contribuir para que o mundo seja um lugar melhor.

O LUTO EM
DEBATE

Investigadores e comunidade reuniram-se, em Lisboa, para debater questões relacionadas com o luto. O IV Congresso “O Luto em Portugal” recebeu 250 participantes, de três continentes, e contou com o apoio da APPSF e o patrocínio da Servilusa.

JUNHO 2015 / SEMESTRAL

#5

PROMOVER O CRESCIMENTO PROFISSIONAL E PESSOAL

A Associação Portuguesa dos Profissionais do Sector Funerário (APPSF) assumiu sempre uma posição de parceria com todas as iniciativas que visem a formação e o debate das questões relacionadas com o luto e a perda, com o fim último de contribuir para uma comunidade mais esclarecida e informada nesta área. Assim, apoiámos e participámos ativamente, mais uma vez, no IV Congresso "O Luto em Portugal", que se realizou em Lisboa, nos dias 22 e 23 de maio.

Recordamos que o primeiro debate que contribuiu para a aproximação da comunidade científica aos profissionais do setor funerário em Portugal foi realizado em 2004, no Centro Cultural de Belém, em Lisboa. Onze anos depois, a comunidade está muito mais receptiva a estas questões e procura ativamente formação e informação na área do luto, não só para lidar com as suas perdas, mas também com as daqueles que fazem parte do seu quotidiano profissional e familiar.

Para tal contribuíram, certamente, além dos congressos e debates, as formações e atividades promovidas pela APPSF, enquanto entidade certificada para o efeito. Quando iniciámos os nossos programas de formação dirigidos aos profissionais do setor funerário, depressa percebemos que também outros profissionais – como as forças de segurança, a proteção civil, os auxiliares de geriatria, os psicólogos, redes de apoio social, entre outros – precisavam de apoio e formação para lidar com as questões do luto. Para todos esses profissionais iniciámos, em 2012, os *workshops* em Psicologia do Luto.

Mas, mais uma vez, as necessidades de formação e debate reveladas pelos participantes nos *workshops* mostraram que não poderíamos ficar por ali, fosse em número de formações ou temáticas. Ouvimos os nossos formandos, criámos novos programas e triplicámos o quadro de psicólogos formadores – que respondem diariamente aos pedidos de instituições e organismos públicos e privados.

Ainda este semestre esperamos poder apresentar o mais recente projeto, no qual tivemos oportunidade de colaborar: um guia inovador para todos os que lidam – no âmbito profissional ou familiar – com o luto e a perda. Trata-se de uma compilação de estudos sobre o luto, que explica as suas várias fases, apresentada de uma forma muito prática e organizada por faixa etária. O guia irá abordar também os vários credos praticados na nossa comunidade e será ilustrado com testemunhos recolhidos nos *workshops*.

Acreditamos que, através destas ideias proficuas e inovadoras, vamos continuar a superar as expectativas de todos os que confiaram o seu crescimento profissional e pessoal à APPSF.



PAULO MONIZ CARREIRA

Presidente da APPSF

“O LUTO NÃO ESTÁ APENAS RELACIONADO COM A MORTE, MAS COM TODOS OS TIPOS DE PERDA”

A sua ligação ao estudo dos temas relacionados com a morte e com o processo de luto começou no teatro. Uma entrada em cena invulgar que subiu o pano de um mundo pelo qual continua irremediavelmente interessado. O Prof. Howard Winokuer veio ao Congresso "O Luto em Portugal" partilhar a sua experiência por um mundo melhor. Pelo menos, é assim que resume o seu papel num campo que não tem de ser irreversivelmente dramático.

✓ VANESSA BILRO ✎ LUCIANO REIS

O seu interesse pela área do luto começou de uma forma pouco convencional. Quer contar-nos essa história?

Por incrível que pareça começou através do teatro. Uma amiga estava a encenar a peça "The Shadow Box", escrita pelo ator Michael Cristofer e vencedora do Prémio Pulitzer de 1977 para melhor drama, e pediu-me ajuda na sua divulgação. A história desta peça passa-se num hospício, onde um elemento de cada uma das três famílias protagonistas está a falecer. Para ajudar a divulgar a peça, achei que seria interessante desenvolver palestras e *workshops* sobre o tema. A ideia foi muito bem aceite e, nessa sequência, criei, em 1981, a TO LIFE, uma organização sem fins lucrativos, que lida com as questões da morte, do luto e da valorização da vida. Nunca mais parei.

Porque é que decidiu partilhar o seu conhecimento não só através de livros, mas também da comunicação social, particularmente colunas em jornais, revistas e programas de rádio?

Há uma ótima expressão utilizada nos filmes da saga Star Wars que diz: "Transmite o que aprendeste." A minha intensão é, pois, transmitir aos outros aquilo que tenho aprendido. Claro que posso fazê-lo através da prática clínica, com as pessoas que acompanho, mas se conseguir chegar ao mundo através da comunicação social e alcançar uma audiência maior, consigo cumprir a minha vontade de tornar o mundo um lugar melhor. É por essa razão que também desenvolvo palestras e *workshops*, como os que trago aqui a Lisboa [ver caixa "Para refletir"].



PARA REFLETIR

Palestra: "Counseling individuals with life-threatening illness"

- Quando estamos perante alguém com uma doença incurável, não é só o doente que sofre, mas também a família;
- Existem várias fases pelas quais uma pessoa com uma doença incurável passa, devendo o profissional adequar a sua conduta a cada uma dessas fases;
- Os profissionais só devem considerar que um doente é terminal e tratá-lo como tal quando está efetivamente na fase terminal da doença.

Workshop: "Children and grief – theories, skills and intervention for the grief counselor"

- As crianças reportam as suas necessidades, independentemente de o fazerem de uma forma verbal e direta, pelo que ferramentas como trabalhos manuais, desenhos, pinturas, entre outros, podem ser úteis para identificar necessidades.

Qual foi a sua maior descoberta nesta área?

O principal foco do meu trabalho é dar apoio clínico especializado a pessoas que estão a passar por um processo de luto. A coisa mais importante que aprendi é que o luto não está apenas relacionado com a morte, mas com todos os tipos de perda, enquanto experiência individual ou familiar. Neste contexto, é essencial que nós, clínicos, não comparemos perdas. Por último, e esta é apenas a minha opinião, acredito que não há uma forma de terapia universal. Cada pessoa tem de lidar individualmente com a sua perda, sendo que o plano terapêutico deve ser adequado às necessidades de cada indivíduo.

O que mudou desde que começou a estudar as questões relacionadas com a morte e com o luto?

As pessoas passaram a entender melhor as questões da morte e do processo de luto, devido ao trabalho de investigadores e clínicos. Essas mudanças refletem-se, desde logo, no número de obras publicadas sobre esta temática. Por outro lado, os cuidados paliativos são hoje aceites e entendidos como uma forma de preparação para a morte.

Uma dessas obras é o livro "Sibling Grief Across the Lifespan", publicado este ano, que conta com a sua participação como coeditor. O que podemos aprender ao lê-lo?

Historicamente, o luto entre irmãos [*sibling*] está

associado às crianças, mas a verdade é que a perda de um irmão pode ocorrer ao longo da vida. Este livro vai precisamente analisar o processo de luto devido à perda de um irmão durante as várias fases da vida – em criança, na adolescência, na idade adulta e na velhice.

Assim, em cada uma das primeiras cinco secções do livro temos um capítulo escrito por um clínico, outro por um investigador e, ainda, duas histórias escritas por pessoas que perderam um irmão ou uma irmã quando estavam na faixa etária abordada naquela secção. A última parte do livro foca assuntos específicos relacionados com a perda de irmãos: a morte durante o serviço militar, o suicídio, a perda de relacionamento quando os pais morrem, o impacto da morte de um irmão no sistema familiar, entre outros.

Quais serão os próximos desafios na área do luto?

A sensibilização da classe médica para a necessidade de cuidados paliativos será certamente um desafio que continuaremos a ter. Outro desafio será a formação dos futuros clínicos de acordo com as melhores práticas, para que possam trabalhar de forma mais efetiva com os seus doentes. Por último, devemos continuar a contribuir para a formação da comunidade nesta área, tendo por base dois aspetos. Por um lado, é preciso interiorizar que não faz mal pedir ajuda; por outro, é preciso ensinar como é que as pessoas podem ser úteis quando um familiar ou amigo está a atravessar um processo de luto. ■



O LUTO EM PORTUGAL E NO MUNDO

Pelo quarto ano consecutivo, a comunidade científica convidou a sociedade a debater as questões relacionadas com o luto. O Congresso "O Luto em Portugal" já ultrapassou fronteiras e recebeu convidados da Europa, da América do Norte e da Ásia. A APPSF e a Servilusa aceitaram o convite e contribuíram para a partilha de experiências na área da formação.

VANESSA BILRO LUCIANO REIS

Organizada pela Sociedade Portuguesa de Estudo e Intervenção no Luto (SPEIL), a quarta edição do Congresso "O Luto em Portugal", contribuiu definitivamente para afirmar a importância atribuída ao debate desta temática pela comunidade. Os mais de 250 congressistas – entre psicólogos, psiquiatras, enfermeiros e técnicos de serviço social, mas também filósofos, escritores, antropólogos, profissionais do setor funerário e população – que estiveram ativamente presentes assim o comprovaram.

O número de convidados estrangeiros é também assinalável. "A sua presença contribuiu, por um lado, para a atualização dos congressistas no âmbito da investigação internacional na área, mas também para criar redes de contacto, permitindo aos investigadores portugueses integrar projetos internacionais", notou o Prof. António Barbosa, responsável pela comissão organizadora e científica.

É o sucesso de espaços de debate como este, considerou o responsável, "que tem permitido à SPEIL – em conjunto com outras associações a atuar na área, como é o caso da APPSF, e com o patrocínio de entidades maioritariamente privadas, como a Servilusa – legitimar a sua atividade e justificar aos organismos decisores a necessidade de ser elaborado um Plano Nacional do Luto, à semelhança do que foi feito no Reino Unido".

APPSF E SERVILUSA NA VANGUARDA DA FORMAÇÃO

Mais uma vez, os programas de formação da APPSF e da Servilusa foram apresentados

como um exemplo aos congressistas. "Apoio ao luto: reflexões a partir do Serviço de Psicologia Clínica da Servilusa" foi o tema explorado pelo psicólogo clínico, formador da APPSF e mentor deste serviço, Victor Sebastião, que este ano se estreou como orador no Congresso.

"O projeto nasceu da experiência interna de contacto com as famílias enlutadas num momento particularmente difícil, como é o caso da realização de cerimónias fúnebres, que funcionam como elemento fundamental no processo de ritualização da despedida", explicou o psicólogo clínico. Neste contexto, continuou, "foi elaborado um plano atento à necessidade de reflexão sobre os mediadores do processo de luto (sentido da vida, vinculação afetiva, personalidade – mecanismos de proteção, autoestima, autorregulação emocional –, aspetos culturais e normas sociais/religiosas) e sobre os facilitadores no contexto do apoio social por parte dos profissionais que lidam diretamente com as famílias enlutadas".

A base de trabalho das ações, como foi sublinhado por Victor Sebastião, "assenta nos princípios orientadores da relação interpessoal, com especial enfoque na empatia, na aceitação incondicional e na escuta ativa". Os resultados traduzem-se em números: desde 2012, foram realizadas cerca de 520 ações, com a participação de aproximadamente 12 000 profissionais das mais variadas áreas de atuação – serviços de saúde, geriatria, forças de segurança pública, bombeiros, universidades sénior, entre outras. ■



Paulo Moniz Carreira com o Prof. Howard Winokuer e o Prof. António Barbosa

PORTUGAL RECEBE CONGRESSO MUNDIAL DO LUTO EM 2017

"A realização do Congresso Mundial do Luto, em Lisboa, em Julho de 2017, é a prova do reconhecimento pela comunidade científica internacional do trabalho desenvolvido no nosso país na área do luto", afirmou o Prof. António Barbosa, que será o responsável local pela organização do evento. Este responsável disse não ter dúvidas de que "a organização deste congresso marcará definitivamente a afirmação de Portugal no panorama internacional da investigação e debate em torno do luto".



Victor Sebastião

PROPRIEDADE

EDIÇÃO

PATROCÍNIO

Associação Portuguesa dos Profissionais do Sector Funerário

APPSF
Rua do Entreposto Industrial, n.º 8, 2.º esc., 2610-135 Amadora
Tel.: (+351) 214 706 420 Fax: (+351) 214 706 499
E-mail: direccao@assppsf.com



Conteúdos Criativos, Lda.
Travessa da Palma, n.º 14, 2705-859 Terrugem SNT
Tel.: (+351) 351 912 359 837
E-mail: geral@ccriativos.pt

Servilusa
Agências funerárias
800 204 222
geral@servilusa.pt