

news letter

iNOVA



LIVRO PROMOVE DEBATES SOBRE O LUTO



Durante os meses de janeiro e fevereiro, o livro *Guia Prático de Apoio ao Luto*, patrocinado pela Servilusa, foi apresentado de Norte a Sul do país. Destes momentos de partilha ressalta a convicção de que a obra assinada por Victor Sebastião é um marco para a mudança de paradigma na área do luto em Portugal.

MARÇO 2016 / SEMESTRAL

#7

UM GUIA SEM TABUS EM PROL DO DEBATE

No dia 3 de dezembro de 2015 assinalou-se, no Panteão Nacional, mais um momento histórico na área da formação e na desmistificação da morte e do luto em Portugal. Com o patrocínio da Servilusa, foi lançado o primeiro guia, em português, para todos os que lidam com o luto (profissionais e famílias). O *Guia Prático de Apoio ao Luto*, da autoria do mestre Vítor Sebastião, responsável pela formação da Associação Portuguesa dos Profissionais do Sector Funerário (APPSF), foi produzido com base no conhecimento que o autor adquiriu ao longo de mais de 10 anos de trabalho nesta área, principalmente nos *workshops* de Apoio ao Luto, já ministrados pela APPSF, com o patrocínio da Servilusa, a mais de 11 500 formandos, em mais de 600 ações. Esta obra resulta também da experiência partilhada pelos participantes nas formações da APPSF, retratada através de testemunhos.

Mas se pensávamos que este livro seria o culminar de mais de uma década de trabalho em prol da formação e do bem-estar dos profissionais do setor funerário e das famílias, percebemos que o *Guia Prático de Apoio ao Luto* além de uma ferramenta útil significa, para todos os que têm participado nos debates de apresentação, um veículo para continuar a discussão em torno de um tema que ainda tem muitas questões por esclarecer. Prova disso foram as salas repletas e as participações entusiasmadas no Porto, em Coimbra, na Figueira da Foz e em Albufeira.

Cientes do nosso papel primordial na vanguarda da formação do setor funerário, vamos continuar a corresponder às expectativas dos seus profissionais e de outros das mais variadas áreas – como Medicina, Psicologia, Enfermagem, Geriatria, Proteção Civil ou Apoio Social –, que nos procuram pelo nosso plano formativo, sentindo a confiança necessária para sugerir temas para novas ações. Vamos igualmente trabalhar para dar continuidade ao debate em torno da morte e do luto, procurando ir ao encontro das necessidades manifestadas durante as sessões de apresentação do *Guia Prático de Apoio ao Luto*.

A APPSF continuará a trabalhar por um Portugal sem tabus no que respeita à morte e ao luto, com profissionais formados e preparados para responder à altura da exigência da sua profissão.

**PAULO MONIZ
CARREIRA**

Presidente da APPSF



QUEBRAR BA



Porto, Coimbra, Figueira da Foz e Albufeira foram os pontos de paragem para a divulgação do *Guia Prático de Apoio ao Luto*, da Servilusa. As assistências estiveram repletas e destes momentos de reflexão saíram novos desafios para o futuro.

✍ ANA MONTEIRO E INÉS RAMOS 📷 PAULO JORGE MAGALHÃES E JOÃO ALEIXO

Apresentado para mais de uma centena de pessoas no Panteão Nacional no final do ano passado, o *Guia Prático de Apoio ao Luto*, patrocinado pela Servilusa, foi divulgado de Norte a Sul do país durante os meses de janeiro e fevereiro. Trata-se de um manual inédito em Portugal, da autoria do mestre em Psicologia e responsável pela formação da Associação Portuguesa dos Profissionais do Sector Funerário (APPSF), Vítor Sebastião, que pretende ajudar as famílias a enfrentar o processo de perda e os profissionais que lidam com as famílias em luto. Porto, Coimbra, Figueira da Foz e Albufeira foram os pontos de paragem desta obra para propor à comunidade uma reflexão sobre o tema do luto. A experiência deixou a Servilusa satisfeita com o “*feedback* positivo recebido”, como afirmou Paulo Moniz Carreira, diretor-geral de negócio, no final deste primeiro ciclo de debates, em Albufeira. Com pessoas que trabalham na área da saúde ou da geriatria em maioria, as assistências nos debates estiveram repletas, sinónimo de que o tabu do luto já começou a ser quebrado. “Pode haver quem não queira falar sobre a morte, mas também há quem queira”, defendeu Sandra Picoto, diretora clínica das residências Montepio, durante o evento no Porto, que decorreu a 21 de janeiro.

ARRREIRAS PELO PAÍS FORA



“O LIVRO É ALTAMENTE POSITIVO PORQUE CADA PESSOA REAGE DE MANEIRA DIFERENTE [AO LUTO].”

VÍTOR VELOSO

Sandra Picoto ilustrou a importância de desmistificar assuntos pouco discutidos abertamente e do qual é comum fugir – como a morte e o luto –, considerando o *Guia Prático de Apoio ao Luto*, da Servilusa, “uma ajuda para que haja profissionais mais atentos”. “Evita também que cometamos erros crassos, pois, às vezes, expressões como ‘sinto muito’ ou ‘os meus sentimentos’ podem não ter significado”, notou a responsável.

Face à alteração de paradigma, uma vez que antes a maioria das mortes ocorria em casa e hoje acontecem sobretudo em estabelecimentos hospitalares, lares ou unidades de cuidados continuados, Vítor Veloso, diretor clínico do Hospital da Lapa, realçou que o livro é “altamente positivo, porque cada pessoa reage de maneira diferente” ao luto. Segundo este médico, a transmissão de uma notícia tão dolorosa como a morte é “um processo complicado”. “Muitas vezes diz-se que as coisas não estão bem e que é preciso esperar.”

Apesar de não ser uma questão abordada neste manual, a transmissão da notícia da morte foi amplamente discutida nestas sessões. Segundo Vítor Sebastião, embora se reconheça como um dos momentos cruciais da integração do luto, já que está comprovado que a má transmissão pode potenciar um luto traumático, entendeu-se não introduzir protocolos nesta área na obra. Este facto deixa entrever que se o *Guia Prático de Apoio ao Luto* é, por um lado, o resultado de décadas de trabalho da Servilusa e da APPSF na formação na área do luto; por outro lado, também será uma ferramenta com novos pontos de partida para debater esta temática.

PORTO FORMAR PROFISSIONAIS ATENTOS

“No ventre de uma grávida estão dois bebés. Um pergunta: ‘Acreditas na vida após o nascimento?’ ‘Claro. Tem de haver vida após o nascimento. Talvez estejamos aqui para nos prepararmos para o que seremos mais tarde.’ ‘Parvoíce. Como seria essa vida?’ (...).” Foi com recurso ao texto de um escritor húngaro que

COIMBRA ABRIR A REFLEXÃO AOS MAIS NOVOS

Sendo um processo pessoal, o luto varia, desde logo, consoante as diferentes etapas da vida – infância, adolescência, idade adulta ou velhice. Cada fase é abordada neste guia, e concretizá-lo foi, na opinião de Albertina Oliveira, da Faculdade de Psicologia da Universidade de Coimbra, “uma ideia feliz”. “Do ponto de vista da Psicologia, é preciso saber lidar com a complexidade, com o inesperado e com a dor para se ser adulto. Se aprendermos a lidar com a dor no luto, temos dor, mas não entramos em sofrimento. São ideias diferentes”, completou no encontro da cidade do Mondego, que se realizou a 28 de janeiro.

Para a docente, “falar do tema nas escolas era das aprendizagens mais importantes que se poderia fazer”. A ideia foi partilhada por Clara Gomes, enfermeira no Centro de Saúde Norton de Matos, que lamentou que a morte não seja debatida por ter “uma conotação pesada”. “Depois quando nos bate à porta, ficamos surpresos e não sabemos lidar com a situação. É um tema que faz parte da nossa vida. Antigamente a parte sexual também era um tabu e hoje é falada nas salas de aula, porque não fazer o mesmo com o luto?”, questionou. ►



“É PRECISO SABER LIDAR COM A COMPLEXIDADE, COM O INESPERADO E COM A DOR PARA SE SER ADULTO.”

ALBERTINA OLIVEIRA

FIGUEIRA DA FOZ HUMANIZAR É PRECISO

Ao longo de 47 páginas, o *Guia Prático de Apoio ao Luto* junta algum suporte teórico, citações inspiradoras e recomendações, além de um último capítulo sobre os rituais funerários nas várias religiões, “uma inovação para valorizar a importância do funeral num processo de transição”, explicou Victor Sebastião durante o debate na Figueira da Foz, a 29 de janeiro.

Tal afirmação levou António Guardado, presidente da Liga dos Amigos do Hospital Distrital da Figueira da Foz, a constatar que todos os rituais “estão em completo desalinho com o sistema montado pela sociedade”. “No caso do budismo, este diz que se deve morrer acompanhado, ao passo que aos nossos hospitais chegam ambulâncias numa corrida desenfreada para depois os doentes falecerem sozinhos, longe dos seus sítios e dos seus estímulos de referência, na mais absoluta solidão”, exemplificou o responsável, para quem a construção de mais complexos funerários como o que já existe na cidade desde 2008, sob a alçada da Servilusa, é “fundamental como estrutura de apoio à humanização e tratamento do luto, devendo-se pensar em fazer algo de semelhante, para o equivalente tratamento e humanização do ato de morrer, para que essa experiência se faça no aconchego dos afetos e não na angústia do absoluto abandono”.

Mas o luto não é apenas sinónimo de partida de um ente querido, estando, numa idade mais avançada, associado à perda de papéis sociais, ao isolamento ou à falta de atividade. Deste modo, Sofia Cardoso, diretora técnica do Centro Geriátrico São José da Marinha



“[OS RITUAIS FUNERÁRIOS] ESTÃO EM COMPLETO DESALINHO COM O SISTEMA MONTADO PELA SOCIEDADE.”
ANTÓNIO GUARDADO

das Ondas, notou que é importante debater o envelhecimento da mesma forma que se discute o luto, porque “ambos são inevitáveis, dependem da sociedade em que estamos inseridos e variam de pessoa para pessoa”. “O guia mostra-nos que temos de procurar compreender o outro, escutar, validar as suas emoções, atender às expressões não-verbais, olhar nos olhos e estarmos atentos enquanto profissionais. Por isso, devemos ler este manual ainda antes de passar pelo luto”, destacou.

ALBUFEIRA APRENDER A VIVER COM A AUSÊNCIA



“Viver a vida implica lidar com a morte.” A afirmação que enceta o *Guia Prático de Apoio ao Luto* deu o mote à discussão em torno do processo de luto, no Salão Nobre da Câmara Municipal de Albufeira, no dia 11 de fevereiro. “Está nas nossas mãos sabermos olhar a vida e a morte de modo a dignificar uma e outra”, sublinhou Luísa Monteiro. Nas palavras da escritora algarvia, a obra assinada por Victor Sebastião trata-se de “um guia ético”, “um livro que entra pela porta da razão e do afeto”.

Numa sessão na qual se desconstruíram mitos e romperam preconceitos, foi uníssona a necessidade de aprender o que é acabar. “Enquanto essa escola não abre, tenhamos a coragem

de abrir este livro”, desafiou Luísa Monteiro, notando que o sector funerário, “mais do que flores ou acessórios, lida com emoções”. “Pena é que outras empresas, mesmo de natureza diversa, não tenham esta preocupação com o luto do seu público, seja ele externo ou interno”, considerou a palestrante.

Foi essa mesma preocupação que levou Joana Canha e Sá, diretora técnica e assistente social na Santa Casa da Misericórdia de Estômbar, no concelho de Lagoa, a um *workshop* de “Apoio ao Luto” organizado pela APPSF com o apoio da Servilusa. “Ler este livro foi reavivar conceitos que tiveram impacto no nosso dia-a-dia. Por exemplo, passámos a evitar frases feitas nos momentos de dor, porque afinal cada família tem a sua individualidade”, partilhou esta profissional de Saúde.

E porque cada pessoa vive o luto à sua maneira, “é importante que todos estejamos preparados para enfrentar a dor da perda”, acredita Carlos Silva e Sousa, presidente da Câmara Municipal de Albufeira. “Este guia é uma inovação muito positiva, porque desmistifica o trabalho das agências funerárias. É também o reflexo do profissionalismo para lidar com a cerimónia fúnebre, mas especialmente para lidar com os sentimentos das pessoas que vivenciam o luto.” ■

“[A OBRA DE VICTOR SEBASTIÃO] É UM GUIA ÉTICO, UM LIVRO QUE ENTRA PELA PORTA DA RAZÃO E DO AFETO.”
LUÍSA MONTEIRO

PROPRIEDADE

Associação Portuguesa dos Profissionais do Sector Funerário

APPSF

Edifício Santa Teresa, Rua Luís de Camões, n.º 27
Buraca, 2610-105 Amadora
Tel.: (+351) 214 706 420 Fax: (+351) 214 706 499
E-mail: direcao@assppsf.com

EDIÇÃO



Conteúdos Criativos, Lda.

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

PATROCÍNIO



800 204 222
servilusa@servilusa.pt