

CURSO DE TANATOLOGIA E CUIDADOS PALIATIVOS

TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO

ALUNA: PATRÍCIA MOURTHÉ PIANCASTELLI

SOBRE A TANATOLOGIA

O Curso de Tanatologia nos aproximou do assunto morte. Assunto este rodeado de tabus, preconceitos e misticismos. Falou-se ainda da preparação para morte e o luto.

Inicialmente vimos tais assuntos situados em marcos históricos expressados por obras de artes cujos significados em cada tempo e cultura mostram a diversidade de formas como o ser humano encara a própria finitude.

Falou-se também da morte sob a ótica das várias religiões, como cada povo - com suas crenças - cultuam a perda, o funeral, o luto. E vimos grande diversidade neste aspecto também. Porém a terminalidade é algo que está presente em qualquer grupo religioso, é a grande certeza da vida e sempre será cultuada e respeitada pelo ser humano (apesar de suas crenças).

Após nos situarmos na história e na nossa realidade, fomos para a construção de conceitos: tanatologia, morte, luto e as várias formas de luto.

O que é a morte e o que seu estudo pode nos trazer de benefícios? Somos seres finitos e sabemos disto desde o princípio. Sabemos que um dia vamos morrer, mas em geral não acreditamos que este dia possa chegar. Assim, tentamos fugir do assunto a qualquer custo. Vivemos os dias deixando tudo para depois, com projetos a serem realizados, sonhos a serem alcançados. Deixamos de viver o presente pelo desconhecimento de que o futuro não existe. Muitos passam a não valorizar os "detalhes" da vida, como a dedicação à família, o amar mais, perdoar mais, ajudar o próximo... Tudo fica para depois da realização de um grande projeto que geralmente chega juntamente com um vazio no coração, uma falta de significado.

E a morte vem para dar significado à vida. Quando dela nos aproximamos passamos a conhecer nossas próprias limitações, nossas impotências e a nos conhecer melhor. O mundo hoje está tão cheio de afazeres, de informações na velocidade da luz, de buscas materiais incessantes que não temos tempo para olhar para dentro de nós mesmos. Nossa mente encontra-se sempre dissociada do corpo: comemos pensando no trabalho e assistindo TV, numa roda de amigos todos conversam e estão ligados nos acontecimentos das redes sociais no celular, conversamos com os filhos ao mesmo tempo que digitamos no notebook, e assim vai. Não há tempo para parar e avaliar o que realmente estamos sentindo, se o que comemos está nos fazendo mal, se aquela postura está nos prejudicando. Esquecemos de olhar para o outro e de escutar-lhe de verdade. Com isto as relações estão mais superficiais, os sentimentos não podem mais ser sentidos. E ao nos aproximarmos de algum extremo da vida, por falta de substrato e valores básicos, desmoronamos. O mundo hoje vive uma epidemia de angústias, ansiedades, depressão, obesidade.

O encarar a morte de frente nos faz dar mais valor à vida e tentar vivê-la mais intensamente e com mais qualidade. A morte é um processo natural, porém dos maiores desafios do ser humano e por isto devemos nos preparar para sua chegada. Uma mãe se prepara tanto para a chegada do filho. Por que não se preparar para a despedida, a separação? A vida é pautada de perdas. Precisamos perceber que, para se ganhar algo, temos que perder também algo. E a vida é assim: perde-se o aconchego do útero materno para se ganhar a vida neste mundo, perde-se a segurança do seio familiar para se ganhar a autonomia e independência, perdem-se os amigos da escola para se ganhar as experiências enriquecedoras da faculdade... e a escolha por determinada profissão nos faz perder a chance de poder escolher outra e de trilhar um outro caminho. Vivemos pequenas perdas, pequenas mortes no nosso dia a dia e devemos encarar las sempre como um processo contínuo na nossa caminhada terrena em direção ao crescimento pessoal.

"Estou vivo, logo posso morrer" - fazendo uma alusão a Descartes.

Na dinâmica do curso onde nos colocamos em situação de proximidade da morte cada um pôde experimentar uma experiência bastante enriquecedora. Se realmente pudéssemos saber da data da nossa partida, o que faríamos neste tempo restante? O que mais nos importaria na vida neste momento? Quem nos importaria? O que deveríamos "consertar" em nossas vidas para podermos ir com tranquilidade, em paz? Qual legado poderíamos deixar? O que eu não poderia deixar de fazer?

E algo muito importante pôde ser percebido naquela dinâmica: o estudo da morte nos faz voltar para dentro de nós mesmos, para nossas vidas, nos faz tentar sermos melhores hoje e não aguardar os acontecimentos do amanhã. O reconhecimento da própria finitude leva o ser humano a uma visão mais ampla e profunda de si mesmo.

O autoconhecimento e, quem sabe, o fortalecimento interior poderá servir então de base para a próxima etapa do curso : o cuidar do outro no seu final, ou cuidado paliativo.

Mas antes de se chegar ao cuidado paliativo, ainda há alguns pontos sobre a morte. O que vem depois dela? Para quem fica, o luto. Para quem vai... ainda não sabemos.

O luto e as formas de luto foram muito bem abordadas durante o curso. Trata-se de um processo natural pelo qual todos passam quando perdem um ente querido. Mas a sociedade atual, na correria do dia a dia, não reconhece mais uma pessoa com este sentimento, que pode durar até anos. Não há tempo para sentimentalismos frente à necessidade de produção, de competição, de ganhos materiais. Hoje em dia, estar de luto é uma fraqueza, uma vergonha. E como consequência disto, a depressão, os desajustes psíquicos e as doenças psicossomáticas.

A valorização deste processo, do luto, poderia ajudar muitas pessoas a se reerguerem de uma forma mais tranquila e menos traumática. Como? Falando a respeito, demonstrando interesse e compreensão, dando tempo para que a pessoa se restabeleça.

Neste momento, talvez seja impossível não elucubrarmos sobre o que estaria do outro lado da morte. Para onde foi a pessoa querida? O que ou quem teria permitido a separação deste corpo de sua Energia Vital ou de seu espírito? Haverá um reencontro?

Não há como não falar de morte sem abordarmos o seu lado transcendental, espiritual. Segundo o dicionário de língua portuguesa, define-se como espiritualidade:

"Característica ou qualidade daquilo que é espiritual: a espiritualidade da alma.

Tudo o que possa demonstrar ou ter fundamento religioso e espiritual.

Que possui ou revela elevação, transcendência; sublimidade".

Por mais científicos e imparciais que possamos tentar ser, não há como, em tratando-se do fenômeno da morte, de se separar o espiritual, o divino, deste processo que transcende a capacidade de compreensão do ser humano. O estudo da morte nos leva ao encontro de nossa finitude, mas ao mesmo tempo nos leva a crer que somos seres além deste mundo material em que vivemos. O conhecimento construído pela humanidade vai muito além das várias gerações já existentes e este legado é muito maior que cada ser humano. Se o universo e a humanidade vão muito além de nós, por que não pensarmos na continuação de uma história após a morte? Mesmo com todos os avanços no conhecimento humano, talvez ainda não dispomos de instrumentos para compreendermos este mistério. E justamente por tratar-se ainda de um mistério, muito discutido pelas religiões, que a ciência ignora esta questão. A ciência ainda não conseguiu descobrir o que vem depois da morte, mas também não consegue provar a

inexistência de Deus. Portanto o que vem depois de morrermos permanece no místico, no espiritual.

No livro " Uma Porta para o Céu", do neurocirurgião Dr. Eben Alexander III, um assunto intrigante é abordado: a EQM (experiência de quase morte). O livro fala da experiência pessoal deste autor, que antes se considerava um cético em relação à EQM, apesar de ter presenciado vários pacientes relatando tal experiência durante a a sua vida profissional, e que é colocado pelo destino no leito de um CTI à beira da morte. Depois desta experiência ele se dedicou a estudar o assunto, e várias referências bibliográficas foram coletadas por ele falando sobre a EQM. Na conclusão final do livro, ele concede o seu reconhecimento quanto a existência de Deus.

Já no livro de Elizabeth K. Ross, "Sobre a Morte e o Morrer", ela constata que as famílias que têm uma base espiritual e religiosa mais sólida conseguem passar pelo processo de morte de uma forma mais tranquila. Não estamos falando da cegueira imposta pelas religiões radicais e fundamentalistas. Devemos , em qualquer situação, saber separar o joio do trigo. Mas o paradigma de que Deus e a ciência não podem coexistir harmonicamente é algo do século passado...

Atualmente estamos presenciando cada vez mais o reconhecimento de que a espiritualidade é importante para a saúde e o bem estar do ser humano. Mesas redondas em congressos têm abordado cada vez mais este assunto. E a conclusão a que se chega é que, quanto mais nos distanciamos da nossa espiritualidade, mais adoecemos. Pois uma parte importante de nós deixa de ser cuidada. Assim como o sedentarismo tem trazido grandes males ao corpo físico e o stress da vida atual tem prejudicado a mente.

Portanto é preciso ter fé... em Deus. Pois é Ele que dá sentido à nossa vida, e à morte...

SOBRE O CUIDADO PALIATIVO

Sobre este assunto, deixo para apresentar ao grupo o que aprendi e compartilho minhas experiências profissionais e pessoais nesta area...

