

A importância de falar sobre o processo de morte e morrer no âmbito coletivo



Joelita Bez

*A morte é um espelho onde todo significado da vida é refletido
Livro tibetano do Viver e do Morrer*

Longe de querer fazer *spoiler* ⁽¹⁾, mas se até os super-heróis – como no último filme dos *Vingadores* - enfrentaram a morte, imaginemos nós, reles mortais. Comparações à parte, o que pretendo é provocar reflexões ao leitor. Afinal, se existe um assunto que todo mundo evita é a morte, mesmo fazendo parte da vida e sendo a única certeza final, ela ainda é um tema tabu².

Se falar de morte “natural” é um tabu, a morte do australiano David Goodall, anunciada no último dia 10 de maio, causou comentários de várias naturezas nas redes sociais. Considerado o cientista mais velho do mundo, com 104 anos, ele viajou para a Suíça para recorrer ao suicídio assistido. Ele não era portador de nenhuma doença grave, mas por causa da idade avançada, sua qualidade de vida havia piorado nos últimos tempos fato que o levou a optar pela eutanásia.

Segundo Kovács (2018), a situação de prolongamento da vida com dor e sofrimento pode ocasionalmente, se consciente, levar o indivíduo a expressar o

¹ O termo *Spoiler* tem origem no verbo *spoil*, que significa estragar, é um termo de origem inglesa. *Spoiler* é quando alguma fonte de informação, como um site, ou um amigo, revela informações sobre o conteúdo de algum livro, ou filme, sem que a pessoa tenha visto. <https://www.significados.com.br/spoiler/aceso> em 08/05/2018.

² Os tabus são criados por convenções sociais, religiosas e culturais. São meios de preservar “os bons costumes” da sociedade, limitando a prática de determinados atos ou evitando falar de assuntos polêmicos. <https://www.significados.com.br/tabu/aceso> em 08/05/2018.

desejo de morrer. Trata-se de um desejo ainda não configurado como o direito. O que talvez o cientista tenha sofrido como primeiro impacto, antes da sua morte biológica, tenha sido uma 'morte social', muito comum entre os velhos longevos, pela perda do papel social.

Como na Austrália a prática é proibida, assim como na maioria dos países, o cientista programou um encontro com uma organização de assistência ao suicídio da Basileia. Ele saiu do seu país de origem com destino à Bordeaux, na França, onde passou um tempo com familiares, antes de viajar para a Suíça, local em que encerrou sua vida.

Antes de embarcar David Goodall disse, em entrevista ao *canal ABC*, lamentar a decisão de viajar para outro país, mas precisou fazer isso para ter "a oportunidade de suicídio" e afirmou:

Não sou feliz. Eu quero morrer. Não é particularmente triste. O que é triste é se alguém é impedido [...] Meu sentimento é que uma pessoa velha como eu deve ter plenos direitos de cidadania, incluindo o direito ao suicídio assistido.

Para arcar com as despesas, o cientista contou com o apoio da associação *Exit International*, que iniciou uma campanha de financiamento colaborativo e conseguiu arrecadar mais de 20.000 dólares australianos (US\$ 15.0000), utilizado para custear as passagens de avião de primeira classe do cientista e seu acompanhante. Goodall disse ainda "*que aprecia o interesse do público e espera que seu caso provoque um debate sobre a eutanásia*".

Conversar sobre a morte, refletir sobre o sentido de morrer, entregar-se aos sobressaltos de sentimentos difíceis, é necessário para as reflexões internas de cada ser. De acordo com Arantes (2016), todos nós vamos morrer um dia, mas, durante a vida, nos preparamos para as possibilidades que ela pode proporcionar? O medo, os preconceitos, a fragilidade que essa conversa expõe são maiores do que a nossa vontade de libertação desses temores.

O processo de morrer pode ser muito doloroso para a maioria das pessoas, principalmente por conta da falta de conhecimento e habilidade dos profissionais da área da saúde ao conduzir esse tempo sagrado da vida humana.

Nesse processo, quando temos à nossa disposição uma equipe de saúde de fato habilidosa para conduzir os cuidados com o tempo que nos resta, mesmo que seja pouco, então teremos a chance incrível de sair dessa existência pela porta da frente, com honras e glórias dignas de grandes heróis, reis e rainhas da própria vida (ARANTES, 2016).

Envelhecimento e velhice na contemporaneidade

O caso do cientista Goodall é um exemplo do resultado da longevidade da população no mundo, cujo crescimento acentuado ocorre em um contexto de transformações estruturais, impulsionada pelos avanços da medicina e pelo

desenvolvimento econômico das últimas décadas, e que resultou em mudanças estruturais na pirâmide demográfica mundial e brasileira (CAMARANO, 2010).

Essas mudanças fizeram com que a população passasse de um regime demográfico de alta natalidade e mortalidade para outro - primeiramente a redução da mortalidade e a seguir baixa fecundidade, gerando forte impacto no *processo de morrer*.

Estamos diante de um cenário no qual os longevos sofrem com a tripla carga de doenças: Doenças e agravos não transmissíveis (DANTs); Doenças infecciosas; Violência (queda, atropelamento e suicídio). A longevidade, que se observa globalmente, é uma revolução, pois já vivemos trinta ou mais anos que nossos avós.

As implicações desse processo vão além da dimensão individual e atingem os setores legais, de saúde, educação, cultura, trabalho, serviços assistenciais e seguridade social. A longevidade tem impacto em todas as fases da vida, pois não são trinta anos a mais de velhice, e sim trinta ou mais anos de vida (KALACHE, 2014).

É consenso, entre estudiosos da área da saúde, que a população muito idosa é mais exposta às doenças e agravos crônicos não transmissíveis, muitos deles culminando com sequelas limitantes ao bom desempenho funcional, gerando situações de dependência e, conseqüentemente, necessidade de cuidados utilizando, muitas vezes, recursos biotecnológicos que prolongam a vida por meios artificiais, como acontecem nas unidades de terapia intensivas (UTI).

As projeções para 2040 indicam que os muito idosos responderão por um quarto da população idosa e cerca de 7% da população total, representando um contingente de aproximadamente 13,7 milhões de pessoas – como resultado da redução da mortalidade, em todas as idades e, em especial, nas avançadas, e da alta fecundidade que prevaleceu nos anos 1950 e 1960 – geração denominada *Baby Boomers*³.

A literatura já apontou que ainda existe um amplo espaço para a continuação da redução da mortalidade nessas idades. Estima-se que se todas as causas de morte da população idosa, consideradas evitáveis, forem eliminadas, um homem aos 60 anos poderia esperar viver mais 29,2 anos e uma mulher mais 30,9 (CAMARANO; KANSO, 2010).

Diante desse panorama, é necessário pensar em um diálogo real sobre o processo de morrer e a morte. Todavia, é possível entender que quando abrimos o diálogo para falarmos sobre o assunto, seja em uma roda de conversa entre amigos, seja no almoço de família, acompanhando o processo de morrer de outros, em um velório, ou ainda explicando para uma criança para

³ Baby Boomers é a geração dos nascidos após Segunda Guerra Mundial até a metade da década de 1960. A designação vem da expressão "baby boom", que representa a explosão na taxa de natalidade nos Estados Unidos no pós-guerra. Dicionário Financeiro <https://www.dicionariofinanceiro.com/baby-boomers/>

onde vão os que morrem, é esperado que se contemplasse o exercício de educação para a morte - a nossa e do outro.

Vale lembrar que há ainda controvérsias sobre essa questão, e é difícil precisar quando começamos a nos preparar para a morte, e para morrer, e deixar nossos entes queridos (pessoas e bichos). Estudos mostram que quando envelhecemos e nos defrontamos com um diagnóstico sem possibilidade terapêutica, em caso de doença incurável, é imprescindível que se fale sobre a morte. Portanto, em qual momento no curso da vida começamos a nos "ajeitar" para morrer? Afirma Kübler-Ross (1998, p. 22), psiquiatra especialista em morte:

Ao longo da vida surgem pistas que nos indicam para que direção devemos seguir. Se não damos atenção a essas pistas, fazemos opções erradas e acabamos levando uma vida infeliz. Se ficarmos atentos, aprendemos nossas lições e temos uma vida plena e boa, assim como uma boa morte.

Seguindo o pensamento de Kübler-Ross (1998), de ficarmos atentos para termos uma vida plena e boa e, conseqüentemente, uma morte boa, cabe dizer que surge no Brasil com muita força, e com número significativo de pessoas interessadas, os movimentos com base internacional (Europa e Estados Unidos da América) que priorizam falar da morte com liberdade e sem tabu, em grupos independentes de educação informal. Em São Paulo, são eles: *Cineclube da morte*; *Death café Sampa* (café da morte); *Death over Dinner* (a morte no jantar).

Cineclube da morte

Encontros nos quais se conversa abertamente sobre a morte e como se deseja ser cuidado nos momentos finais. Entre os filmes selecionados para exibição estão os premiados com o *Oscar*, *Critics' Choice Award*, *Palma de Ouro*, entre outros. As sessões são realizadas mensalmente e seguidas de conversas com a presença de especialistas em cuidados paliativos e afins.

Death café Sampa (café da morte)

Reuniões mensais para pessoas que querem conversar sobre finitude, com a presença de mediadores. O *Death Café Sampa* é uma ocasião especial, um jeito fácil de falar sobre coisas difíceis, uma desculpa para uma conversa fantástica. O objetivo do encontro é "aumentar a consciência sobre finitude, com vista a ajudar as pessoas a aproveitarem melhor as suas vidas (finitas)". O *Death Café* é um grupo de discussão sobre morte sem comprometimento com ideias preconcebidas, em um espaço acessível, respeitoso e confidencial.

Death over Dinner (a morte no jantar)

O objetivo desse encontro é jantar e falar sobre a morte. O significado desse tema-tabu vem sendo repensado em todo o mundo em diferentes formatos, e os encontros intimistas como este ajudam esta reflexão. A proposta do jantar é

reunir um pequeno grupo para falar sobre a morte, de uma forma leve e descontraída - falando sobre a morte, se fala sobre a vida, sobre as relações, sobre afeto e sobre tudo aquilo que é importante para os membros do grupo.

Diálogo necessário



O lema desses grupos de conversas está em consonância com o que diz Rubem Alves - *a morte é um ótimo pretexto para falar sobre a vida*. Os temas abordam as Diretivas Antecipadas de Vontade (DAV) - testamento vital -, cuidados paliativos, distanásia, ortotanásia, eutanásia, suicídio assistido, bioética, ética médica, finitude, direito de morrer, luto, dignidade na hora da morte e uso de opióides.

Por que falar sobre a morte? Por que abordar esse assunto, considerado desagradável, se viver pode já ser tão difícil? Se esse tema já ronda nosso cotidiano, se entra por nossos olhos e ouvidos, se dorme no fundo de nossas mentes, como feras hibernando e esperando o momento de atacar? Por quê?

De acordo com a escritora Heloisa Seixas (2017), é necessário falar (no caso dela, escrever) para que esse assunto deixe de nos assombrar. Temos que nos livrar dele. Para ter, se não a certeza, pelo menos a ilusão de que podemos controlá-lo.

Referências

ARANTES, A.C.Q. *A morte é um dia que vale a pena viver*. Rio de Janeiro: Casa da Palavra, 2016.

CAMARANO, A.A. *Cuidados de longa duração para a população idosa: um novo risco social a ser assumido?* Rio de Janeiro: IPEA, 2010.

CAMARANO, A.A.; KANSO, S. *Como as famílias brasileiras estão lidando com idosos que demandam cuidados e quais as perspectivas futuras?* Rio de Janeiro: IPEA, 2010.

KALACHE, A. *Revolução da longevidade*. São Paulo, 2014.
<https://www1.folha.uol.com.br/seminariosfolha/2014/03/1431755-brasil-vive->

[revolucao-da-longevidade-diz-medico-alexandre-kalache.shtml](#). Acesso em 15/06/2018.

KOVÁCS, M.J. Direito a morte. São Paulo: *Revista E*, 2018. <https://www.sescsp.org.br/online/artigo/s/ewQ> acesso em 27/05/2018.

KÜBLER-ROSS, E. *A roda da vida: memórias do viver e do morrer*. Tradução: Maria Luiza Newlands Silveira. Rio de Janeiro: Sextante, 1998.

SEIXAS, H. Flertando com as sombras. *Mais 60: estudos sobre envelhecimento*. Serviço Social do Comércio. São Paulo, v. 28, n. 69, 2017.

Data de recebimento: 19/11/2018; Data de aceite: 21/12/2018

Joelita Bez - Formação em Serviço Social (PUC/SP) e Fisioterapia (São Camilo). Mestrado em Gerontologia (UNCAMP). Coordenadora da ABRAz - sub regional Taubaté/SP. Idealizadora do "Death café Taubaté". E-mail: joelitabez@gmail.com