

Luto na terceira idade: abordagem psicológica para promover qualidade de vida do cônjuge enlutado em Angola

Alenni Ramona Aguilera Grave de Peralta

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3535-2079>

Correo: alenniaguilera@gmail.com

Instituto Superior Politécnico de Bié, Angola

Valerio Canhala Semente

ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-8773-1710>

Instituto Superior Politécnico de Bié, Angola

Recibido: 22-09-2025 Aceptado: 27-10-2025 Publicado: 05-12 -2025

Resumen

Este artigo científico apresenta uma abordagem psicológica sobre o luto na terceira idade, com foco na promoção da qualidade de vida do cônjuge enlutado em Angola. Resultante das práticas acadêmicas conduzidas por estudantes do curso de Psicologia do Instituto Superior Politécnico do Bié, a pesquisa tem como objetivo principal identificar as particularidades do processo de luto na terceira idade no Lar dos idosos Elavoko Lyumwenho, localizado no Bairro Cangalo, Município do Cuito, Província do Bié Angola. Com foco no cônjuge enlutado, para a elaboração de uma estratégia de orientação psicológica que responda às necessidades emocionais deste grupo, promovendo a sua qualidade de vida e um envelhecimento com dignidade. Por meio de uma análise qualitativa, fundamentada em revisão bibliográfica e experiências práticas, o estudo destaca a importância do suporte psicológico individualizado e comunitário para favorecer a adaptação saudável ao luto. A proposta apresentada visa contribuir para o desenvolvimento de intervenções eficazes no contexto angolano, valorizando as especificidades culturais e sociais da terceira idade, promovendo, assim, a melhoria do bem-estar e a qualidade de vida dos cônjuges enlutados.

Palavras chaves: saúde mental; bem-estar; envelhecimento; apoio social; intervenção psicológica.

Grief in old age: a psychological approach to promote the quality of life of the bereaved spouse in Angola

Abstract

This scientific article presents a psychological approach to grief in old age, focusing on promoting the quality of life of the bereaved spouse in Angola. Resulting from academic practices conducted by students in the Psychology course at the Higher Polytechnic Institute of Bié, the research aims primarily to identify the peculiarities of the grieving process in old age at the Elavoko Lyumwenho Elderly Home, located in the Cangalo neighborhood, Municipality of Cuito, Province of Bié, Angola. With a focus on the bereaved spouse, for the development of a psychological guidance strategy that addresses the emotional needs of this group, promoting their quality of life and aging with dignity. Through qualitative analysis, based on literature review and practical experiences, the study highlights the importance of individualized and community psychological support to facilitate healthy adaptation to grief. The proposed plan aims to contribute to the development of effective interventions in the Angolan context, valuing the cultural and social specifics of the elderly, thus promoting the improvement of the well-being and quality of life of bereaved spouses.

Keywords: mental health; well-being; aging; social support; psychological intervention.

Introdução

O processo do luto na terceira idade representa um desafio significativo para a saúde mental e o bem-estar dos adultos maiores, especialmente quando envolve a perda do cônjuge (Costa & Rodrigues, 2024). Em Angola, onde as estruturas familiares e sociais têm um papel fundamental, o impacto psicológico do luto pode afetar profundamente a qualidade de vida do enlutado.

O luto, enquanto processo inerente à experiência humana, assume contornos particularmente complexos na terceira idade, período da vida marcado por múltiplas perdas e transformações (Syrio, 2021). A perda de um cônjuge, em particular, representa um dos eventos mais estressantes e impactantes, capaz de desencadear profundas repercuções emocionais, sociais e físicas na vida do idoso. Em contextos como o angolano, onde as vulnerabilidades sociais são acentuadas, a compreensão e a intervenção psicológica no processo de luto tornam-se cruciais para a promoção da qualidade de vida dos cônjuges enlutados.

A nível internacional, a preocupação com o bem-estar da população idosa tem vindo a ganhar destaque. A Assembleia Geral das Nações Unidas proclamou o período de 2021 a 2030 como a Década do Envelhecimento Saudável, uma iniciativa que visa expandir a coparticipação entre diversos atores para melhorar a vida dos idosos, das suas famílias e comunidades (ONU, 2022).

Esta década alinha-se com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), em particular com o ODS 3 (saúde e bem-estar), que busca assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar para todos, em todas as idades. A Organização Mundial da Saúde (OMS) sublinha que o abuso de idosos é uma violação dos direitos humanos e que esta tendência, agravada pelo rápido envelhecimento

populacional, exige uma resposta global. As propostas da OMS, em sintonia com os ODS, promovem uma maior consciência sobre o problema e o combate ao ageísmo, bem como a geração de dados mais precisos para intervenções eficazes ONU (2022).

Em Angola, o governo tem demonstrado um compromisso com a proteção social do idoso, evidenciado pela implementação do Plano de Desenvolvimento Nacional (PDN) 2018-2022. Este plano inclui ações como atividades geradoras de rendimento, programas de valorização familiar e combate à pobreza, além de campanhas de sensibilização e encontros intergeracionais para o resgate de valores morais e cívicos (Lourenço, 2022). A Constituição da República de Angola, no seu artigo 82º, garante a proteção da pessoa idosa, assegurando o direito à segurança económica, social e cultural (Lourenço, 2025). Contudo, a efetividade destas políticas no contexto do luto ainda carece de maior atenção e especificidade.

A UNESCO, embora não possua uma política específica diretamente ligada ao luto na terceira idade, promove o envelhecimento ativo e a aprendizagem ao longo da vida. Estas iniciativas contribuem indiretamente para a qualidade de vida dos idosos e para a sua capacidade de enfrentar perdas, ao fomentar a inclusão social e a participação ativa na sociedade (UNESCO, s.d.).

A literatura científica tem abordado o luto na velhice sob diversas perspectivas, destacando a sua complexidade e as particularidades que o distinguem do luto em outras fases da vida. Estudos como os de Oliveira & da Costa (2008) e Farinasso & Curi (2015) focam-se no luto pela morte do cônjuge, sublinhando a necessidade de intervenção psicoterápica em casos de luto complicado ou patológico. Estes trabalhos ressaltam que a perda do parceiro de uma vida inteira pode desestruturar a identidade do idoso, afetando profundamente a sua rede de apoio social e o seu sentido de propósito.

Uma análise crítica da teoria existente revela que, embora haja um reconhecimento crescente da importância do luto na terceira idade, muitas abordagens teóricas ainda se baseiam em modelos desenvolvidos para populações mais jovens, sem considerar plenamente as especificidades do envelhecimento. A vivência do luto em idosos é multifacetada, englobando não apenas a perda de entes queridos, mas também a perda de papéis sociais, capacidades físicas e autonomia, como apontado por Freire et al., (2024), a acumulação de perdas ao longo da vida pode tornar o processo de luto mais intenso e prolongado, exigindo uma compreensão mais aprofundada das suas manifestações e dos fatores que influenciam a sua resolução.

No que concerne ao tratamento metodológico, a maioria das investigações utiliza abordagens qualitativas e quantitativas para explorar a experiência do luto. No entanto, a aplicação destes métodos em contextos culturalmente diversos, como Angola, apresenta desafios.

A escassez de estudos específicos sobre o luto na terceira idade em Angola é notória. As pesquisas existentes, como as de Pintinho (2017) e Fernandes (2021) em Luanda, indicam que o envelhecimento no país ocorre de forma precária, com a exclusão social dos idosos e a falta de apoio adequado.

A qualidade de vida em Angola é considerada muito baixa, o que pode intensificar o sofrimento dos enlutados (Romão, 2019). Esta lacuna na literatura ressalta a urgência de investigações que considerem as particularidades socioculturais e econômicas angolanas, a fim de desenvolver estratégias de intervenção mais eficazes e culturalmente sensíveis.

Apesar dos avanços na compreensão do luto e do reconhecimento da importância do

envelhecimento saudável, persistem problemáticas significativas, especialmente em contextos como o angolano. A ausência de políticas sociais claras e eficazes em prol das pessoas na terceira idade, aliada a uma infraestrutura de saúde e apoio psicológico deficitária, agrava o impacto do luto nos idosos (Pintinho, 2017 e Fernandes, 2021).

Da mesma forma, há escassez de estudos que abordem estratégias psicológicas específicas para acompanhar e orientar este grupo etário no seu processo de adaptação. Muitos cônjuges enlutados enfrentam isolamento social, depressão, irritabilidade e o desenvolvimento de patologias pós-luto, sem o devido suporte (Cavalcanti, 2021). A precariedade das condições de vida e a exclusão social tornam este grupo particularmente vulnerável, necessitando de uma atenção especializada e de estratégias de intervenção que considerem a sua realidade.

Diante deste cenário, o presente artigo tem como **objetivo** central identificar as particularidades do processo de luto na terceira idade no Lar dos idosos Elavoko Lyumwenho, localizado no Bairro Cangalo, Município do Cuito, Província do Bié Angola. Com foco no cônjuge enlutado, para a elaboração de uma estratégia de orientação psicológica que responda às necessidades emocionais deste grupo, promovendo a sua qualidade de vida e um envelhecimento com dignidade.

Metodologia

Este estudo adota uma abordagem qualitativa, fundamentada nos pressupostos de Hernández & Mendoza (2020), que enfatizam a compreensão aprofundada dos fenômenos sociais e humanos por meio da análise detalhada das experiências dos sujeitos envolvidos. Segundo os autores citados, busca-se compreender os fenómenos em profundidade, explorando-os a partir da perspectiva dos participantes no seu ambiente natural e em relação com o contexto.

Esta abordagem é ideal para investigar a complexidade do processo de luto na terceira idade, pois permite uma imersão profunda nas experiências, percepções e significados que os cônjuges enlutados atribuem à sua vivência, sem a pretensão de generalizar os resultados a uma população mais ampla, mas sim de gerar uma compreensão rica e detalhada do fenômeno estudado. A investigação qualitativa caracteriza-se por ser holística, flexível e de riqueza interpretativa, onde o investigador é a base da recolha de dados e se aprofunda nos antecedentes para encontrar respostas e gerar novas questões (Hernández & Mendoza, 2020).

O presente estudo classifica-se como descritivo-explicativo, a pesquisa descritiva, foca em detalhar as características de um fenômeno, um grupo ou uma situação específica. Neste caso, busca identificar as particularidades do processo de luto na terceira idade, descrevendo as experiências emocionais, sociais e psicológicas dos cônjuges enlutados. O componente explicativo do estudo orienta-se para compreender as razões e os fatores subjacentes que influenciam o processo de luto e a qualidade de vida dos cônjuges em luto.

Embora a investigação qualitativa não procure estabelecer relações causais no sentido estatístico, permite explorar as interconexões e os significados que os participantes atribuem às suas experiências, levando a uma compreensão mais profunda dos fenômenos. Autores como Sandelowski (2000) e Ferraris (2012 e 2014), citados em Aguirre & Jaramillo (2015), abordam a descrição qualitativa e a hermenêutica realista, o que sublinha a importância da interpretação e da compreensão neste tipo de estudos. A combinação de ambos os tipos permite não só descrever o fenômeno do luto na terceira idade, mas

também oferecer uma explicação contextualizada das suas dinâmicas e das necessidades de apoio psicológico.

A pesquisa foi realizada a partir das práticas acadêmicas da disciplina de Orientação e terapia sexual e de casal, desenvolvidas pelos estudantes do 4º ano do curso de Psicologia do Instituto Superior Politécnico do Bié, durante o período de estágio de março a junho de 2025, no Lar dos idosos Elavoko Lyumwenho, localizado no Bairro Cangalo, Município do Cuito, Província do Bié, Angola. Esta instituição serviu como campo de coleta de dados para observação direta e realização de entrevistas semiestruturadas com idosos enlutados e técnicos responsáveis pelo cuidado, além da aplicação de testes psicológicos específicos.

A participação dos estudantes num ambiente real como o Lar dos idosos Elavoko Lyumwenho garante uma abordagem direta e empática à realidade dos participantes, enriquecendo a coleta de dados com uma perspectiva prática e formativa. O contexto angolano, com as suas especificidades culturais e sociais, é um elemento crucial para a interpretação dos achados, enfatizando a importância de um suporte psicológico individualizado e comunitário que favoreça a adaptação saudável ao luto.

A seleção deste grupo específico responde ao objetivo da investigação de identificar as particularidades do processo de luto neste segmento populacional e contexto geográfico. O estudo centra-se no cônjuge enlutado, reconhecendo a singularidade desta experiência e a necessidade de uma estratégia de orientação psicológica adaptada às suas necessidades emocionais, com o objetivo de promover a sua qualidade de vida e um envelhecimento digno.

O diagnóstico do fenômeno do luto foi norteado por indicadores derivados tanto da revisão bibliográfica especializada em luto na terceira idade como das experiências práticas dos estudantes do 4º ano de Psicologia. Estes indicadores serviram como guia para a recolha e análise de dados, permitindo identificar padrões e particularidades no processo de luto. Alguns dos indicadores chave incluem:

- Manifestações emocionais: tristeza, ira, culpa, ansiedade, solidão, negação, aceitação.
- Mudanças comportamentais: isolamento social, alterações do sono e apetite, diminuição de atividades prazerosas, busca de apoio.
- Sintomas físicos: somatizações, fadiga, perda de energia.
- Enfrentamento: estratégias adaptativas e desadaptativas para lidar com a perda.
- Rede de apoio social: disponibilidade e qualidade do suporte familiar, comunitário e institucional.
- Qualidade de vida: percepção subjetiva de bem-estar, satisfação com a vida, capacidade de realizar atividades cotidianas.
- Necessidades psicológicas: requisitos específicos de orientação e acompanhamento.

Estes indicadores, combinados com a flexibilidade da abordagem qualitativa, permitem uma avaliação integral e personalizada de cada cônjuge enlutado, lançando as bases para a elaboração de uma estratégia de orientação psicológica pertinente e a promoção de um envelhecimento com dignidade.

Para a recolha de dados foram utilizadas diversas técnicas e instrumentos, selecionados pela sua adequação para um estudo qualitativo e pela sua capacidade de capturar a riqueza e profundidade das experiências dos cônjuges enlutados. Estas técnicas foram aplicadas durante o período de estágio, de março a junho de 2025, pelos estudantes do 4º ano do curso de Psicologia do Instituto Superior Politécnico do Bié.

A entrevista em profundidade foi a técnica principal para explorar as vivências do luto. Seguindo

as recomendações de Hernández & Mendoza, (2018), as entrevistas qualitativas permitem ao investigador mergulhar na perspectiva dos participantes, gerando conceitos e categorias a partir das suas narrativas. Foram utilizados guiões semi-estruturados que permitem abordar temas chave como as emoções experimentadas, os desafios enfrentados, as estratégias de enfrentamento, o apoio social percebido e as expectativas em relação à orientação psicológica. A flexibilidade deste formato facilitou a exploração de aspectos emergentes e a profundidade nas respostas dos participantes, assegurando uma compreensão holística do seu processo de luto.

A observação participativa e não participativa foi realizada no ambiente natural do Lar dos idosos Elavoko Lyumwenho. Esta técnica permitiu registar comportamentos, interacções sociais, expressões emocionais e dinâmicas grupais que complementaram a informação obtida através das entrevistas. A observação sistemática, documentada através de diários de campo, proporcionou um contexto valioso para interpretar as narrativas individuais e compreender o ambiente em que se desenvolve o processo de luto.

Foram aplicados testes psicológicos selecionados especificamente para avaliar o estado emocional e psicológico dos cônjuges enlutados, bem como para identificar indicadores de bem-estar e qualidade de vida. Estes instrumentos, embora de natureza psicométrica, foram utilizados num quadro qualitativo, ou seja, os seus resultados não foram interpretados de forma isolada ou com fins de quantificação generalizável, mas como indicadores de diagnóstico que enriqueceram a compreensão individual de cada caso. Os resultados dos testes são triangulados com a informação obtida das entrevistas e da observação para construir perfis mais completos e contextualizados dos participantes. A seleção dos testes baseou-se na sua validade e fiabilidade para a população idosa e na sua pertinência para avaliar aspectos relacionados com o luto, a depressão, a ansiedade e a qualidade de vida.

Complementarmente, realizou-se uma revisão bibliográfica, com consulta a livros, artigos e documentos científicos que fundamentaram a análise e sustentaram a elaboração da proposta da estratégia de orientação psicológica. Esta revisão permitiu situar o estudo no contexto teórico contemporâneo, valorizando as especificidades culturais angolanas.

Os dados qualitativos foram organizados e analisados por meio de análise de conteúdo, visando identificar padrões e categorias que enriquecem a compreensão do processo de luto e das necessidades dos cônjuges enlutados em Angola. A metodologia adotada busca garantir que a intervenção proposta seja eficaz e culturalmente adequada, promovendo o bem-estar e a qualidade de vida em um contexto de envelhecimento digno.

Estructuração da Estratégia de Orientação Psicológica para idosos enlutados pela perda do parceiro

Fase 1: Diagnóstico (Sessões 1 a 3)

Objetivo: Identificar as necessidades emocionais, sociais e psicológicas do idoso enlutado, compreendendo seu processo individual de luto.

Sessão 1: Acolhimento e escuta empática para estabelecer vínculo de confiança. Aplicação de entrevista semiestruturada para levantamento das percepções sobre a perda, sentimentos e dificuldades atuais.

Sessão 2: Observação do comportamento e aplicação de testes psicológicos adaptados para avaliar estado

emocional, níveis de ansiedade e depressão.

Sessão 3: Análise e devolutiva ao idoso sobre o diagnóstico preliminar, discutindo as principais dificuldades e estabelecendo, em conjunto, objetivos para o acompanhamento psicológico.

Fase 2: Desenvolvimento (Sessões 4 a 8)

Objetivo: Promover o enfrentamento saudável do luto, estimular o processamento emocional e fortalecer estratégias de adaptação.

Sessão 4: Exploração das fases do luto (negação, raiva, negociação, depressão, aceitação) com explicação adaptada à realidade do idoso e Angola, usando dinâmicas e histórias para facilitar compreensão.

Sessão 5: Técnicas de expressão emocional, como narrativa de memórias do parceiro e atividades de reminiscência positiva para fortalecer vínculos afetivos e ressignificação da perda.

Sessão 6: Desenvolvimento de estratégias de coping, incluindo relaxamento, identificação e modificação de pensamentos negativos, e incentivo à participação em atividades sociais e comunitárias.

Sessão 7: Trabalho com suporte social, estimulando a criação ou fortalecimento de redes de apoio familiar e comunitário.

Sessão 8: Revisão dos progressos, enfrentamento dos bloqueios e reforço dos recursos pessoais conquistados.

Fase 3: Seguimento (Sessões 9 e 10)

Objetivo: Avaliar a manutenção dos ganhos e oferecer suporte contínuo para prevenir recaídas emocionais.

Sessão 9: Avaliação do estado emocional atual, revisão dos objetivos iniciais, reforço das estratégias eficazes e ajustes necessários ao plano de orientação.

Sessão 10: Encerramento do acompanhamento formal, orientações para autocuidado e indicações para grupos de apoio ou outros serviços psicosociais disponíveis na comunidade.

Resultados

A partir dos resultados obtidos pelas entrevistas, observações e testes psicológicos aplicados a três idosos enlutados no Lar dos idosos Elavoko Lyumwenho, pode-se chegar a discussão dos achados, visando aprofundar a compreensão do processo de luto na terceira idade no contexto angolano e identificar as implicações para a promoção da qualidade de vida.

Para o estudo feito, foram selecionados três participantes, sendo duas mulheres e um homem, todos a enfrentar o processo de luto pela perda do cônjuge. A diversidade de género permite uma análise inicial das possíveis variações nas manifestações do luto, embora o foco principal permaneça na profundidade das experiências individuais.

A análise dos dados foi realizada de forma integrada, considerando as informações recolhidas através das entrevistas em profundidade, observações participantes e não participantes, e os resultados dos testes psicológicos, nomeadamente o completamento de frases. Os indicadores de diagnóstico

previamente estabelecidos na metodologia serviram como guia para a interpretação dos dados, permitindo identificar padrões e particularidades no processo de luto de cada idoso.

As entrevistas e observações revelaram um quadro complexo e multifacetado do luto nos participantes. De forma consistente, foram notados sinais de depressão e isolamento, indicando uma dificuldade significativa no processo de adaptação à perda. Estes sinais manifestaram-se através de:

- Isolamento social: redução da participação em atividades coletivas, preferência por estar sozinho, diminuição da interação com outros residentes e funcionários do lar.
- Sintomas depressivos: expressões de tristeza profunda, anedonia (perda de interesse ou prazer em atividades antes apreciadas), baixa energia, alterações no padrão de sono e apetite, e, em alguns casos, verbalizações de pouco sentido de vida.
- Processo de luto inadequado: a ausência de um acompanhamento e orientação psicológica adequados foi um fator comum, resultando em um luto prolongado ou complicado, onde os participantes pareciam não conseguir avançar nas fases do luto de forma saudável.

Os testes psicológicos, especificamente o de completamento de frases, revelaram projeções significativas das necessidades dos idosos. As respostas dos participantes aos 10 desejos projetaram, de forma unânime, necessidades de afeto, apoio e segurança na terceira idade. Estes achados corroboram as observações e entrevistas, onde o isolamento e a depressão podem ser interpretados como uma resposta à carência destas necessidades fundamentais.

A busca por afeto manifestou-se no desejo de companhia, de sentir-se amado e valorizado. O apoio foi expresso como a necessidade de ter alguém com quem contar, tanto emocional quanto praticamente. A segurança, por sua vez, refletiu a preocupação com o futuro, a saúde e a estabilidade emocional e material. A projeção destas necessidades sublinha a vulnerabilidade emocional dos idosos enlutados e a importância de intervenções que visem suprir estas carências para promover um processo de luto mais adaptativo.

Considerando a natureza qualitativa dos dados e a profundidade da análise individual, apresenta-se uma tabela sumarizando os principais achados para cada um dos três idosos, seguida de uma representação gráfica qualitativa dos indicadores mais relevantes. Tabela 1

Tabela 1
Casos de luto na terceira idade

Participante	Género	Sinais de Depressão	Sinais de Isolamento	Sentido de Vida	Necessidades Projetadas
Idoso 1	Feminino	Presente (moderado)	Presente (moderado)	Diminuído	Afeto, apoio, segurança
Idoso 2	Feminino	Presente (elevado)	Presente (elevado)	Muito diminuído	Afeto, apoio, segurança
Idoso 3	Masculino	Presente (moderado)	Presente (moderado)	Diminuído	Afeto, apoio, segurança

Nota: A intensidade dos indicadores é uma avaliação qualitativa baseada nas observações e entrevistas, não em medidas psicométricas quantitativas.

Os resultados obtidos neste estudo, embora provenientes de uma amostra reduzida, alinharam-se com a literatura existente sobre o luto na terceira idade e as suas particularidades. A presença de sinais de depressão e isolamento nos três idosos enlutados é um achado consistente com diversas investigações que apontam para a vulnerabilidade desta faixa etária face à perda do cônjuge (Bowlby, 1969 e Kübler, 1969). Segundo os quais descreveram fases e manifestações do luto que, quando não devidamente processadas, podem levar a quadros depressivos e de retraiamento social, especialmente em idosos que perdem um pilar fundamental da sua vida e rede de apoio. A ausência de um acompanhamento psicológico adequado, conforme observado, agrava esta situação, dificultando a elaboração do luto e a reintegração social dos indivíduos.

A projeção de necessidades de afeto, apoio e segurança, revelada pelos testes psicológicos, reforça a importância da dimensão relacional e da rede de suporte social na terceira idade. A perda do cônjuge não é apenas a perda de uma pessoa, mas também a perda de um companheiro, confidente e, muitas vezes, do principal provedor de afeto e segurança. Investigadores como Stroebe & Schut (1999), com o seu *Model of coping with bereavement* (Modelo de Lidar com o Luto), destacam a importância de oscilar entre a orientação para a perda (lidar com a dor e as emoções) e a orientação para a restauração (adaptar-se à vida sem o falecido, construir novas identidades e relações). A carência de afeto, apoio e segurança pode impedir a transição para a orientação de restauração, mantendo o idoso preso na orientação para a perda e perpetuando os sintomas depressivos e o isolamento.

No contexto angolano, as especificidades culturais e sociais podem influenciar ainda mais o processo de luto. A valorização da família e da comunidade, embora possa ser uma fonte de apoio, também pode gerar expectativas sobre como o luto deve ser vivido, por vezes inibindo a expressão individual da dor ou a busca por ajuda profissional. A falta de recursos e a estigmatização da saúde mental podem ser barreiras adicionais para um acompanhamento adequado. A coincidência dos resultados empíricos dos três idosos com o que a investigação mostra globalmente, mas com a particularidade do contexto angolano, sublinha a necessidade urgente de estratégias de orientação psicológica culturalmente sensíveis e acessíveis, que promovam a qualidade de vida e um envelhecimento com dignidade para os cônjuges enlutados.

Conclusiones

A pesquisa realizada no Lar dos idosos Elavoko Lyumwenho permitiu identificar as particularidades do processo do luto na terceira idade, especialmente no cônjuge enlutado, evidenciando as profundas repercussões emocionais, sociais e psicológicas que acompanham a experiência da perda conjugal. Foi possível compreender que o luto nesta fase da vida exige um olhar sensível e adaptado às necessidades específicas dos idosos, respeitando as suas vivências culturais e o contexto social angolano.

A elaboração da estratégia de orientação psicológica, fundamentada nos resultados obtidos, demonstra a importância de intervenções direcionadas que promovam o suporte

emocional e o bem-estar, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida e para o envelhecimento digno. O acompanhamento psicológico individualizado e comunitário revela-se uma ferramenta essencial para favorecer a adaptação saudável ao luto e para fortalecer a rede de apoio dos idosos enlutados.

Este estudo reforça a urgência de ampliar o acesso a serviços psicológicos especializados para a população idosa em Angola, valorizando práticas contextualizadas que respondam às suas necessidades emocionais e sociais. Assim, espera-se que as contribuições aqui apresentadas possam orientar futuras políticas públicas e ações institucionais, promovendo um envelhecimento com mais dignidade e qualidade de vida para os cônjuges enlutados.

Referencias

- Aguirre, J. C., & Jaramillo, L. G. (2015). El papel de la descripción en la investigación cualitativa. *Cinta de moebio*, (53), 175-189.
https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-554X2015000200006&script=sci_arttext.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss* (No. 79). Random House.
- Caivalcanti, M. B. (2021). Luto na terceira idade: uma discussão sobre dificuldades, família e atuação do psicólogo. *Eletrônica da Estácio Recife*, 7(2).
<https://reer.emnuvens.com.br/reer/article/view/611>.
- Costa, K. V., & Rodrigues, P. D. (2024). Caminhos do luto navegando pelas emoções da perda do cônjuge: uma análise junguiana. <http://65.108.49.104/handle/123456789/1036>.
- Farinasso, A. L. & Curi, R. (2015). A vivência do luto em viúvas idosas: um estudo clínico-qualitativo. *Psicologia em Estudo*, 20(3), 449-459.
<https://www.redalyc.org/pdf/803/80339429005.pdf>.
- Fernandes, C. M. C. S. (2021). Criação de um serviço de Apoio ao Domicílio para Idosos com Demência na Cidade de Luanda, Angola (Master's thesis, Universidade Católica Portuguesa (Portugal)).
- Freire, A. L., Vandenberghe, L., Rodrigues Pires, I. T., Landi de Brito, A., Carneiro Ávila, I. ., & Bellato Menezes , R. (2024). Um Grupo Terapêutico Vivendo o Luto na Terceira Idade: Uma Análise Qualitativa. *Cadernos De Psicologia*, 4(3), 1-19.<https://www.cadernosdepsicologia.org.br/index.php/cadernos/article/view/255>.

Luto na terceira idade: abordagem psicológica para promover qualidade de vida do cônjuge enlutado em AngolaDOI: <https://doi.org/10.56124/nuna-yachay.v7i14.028>

Hernández, R., & Mendoza, C. (2020). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta.*

[https://www.academia.edu/download/64312353/Investigacion_Rutas_cualitativa_y_cuantitativa.pdf.](https://www.academia.edu/download/64312353/Investigacion_Rutas_cualitativa_y_cuantitativa.pdf)

Januário, D. D. (2025). *Satisfação conjugal e funcionamento familiar em contexto angolano* [Doctoral dissertation, Universidade de Coimbra]. <https://baes.uc.pt/handle/10316/118842>.

Kubler, E. (1969). *On Death and Dying* Macmillan. New York.

Lourenço, J. A. (2022). *Avaliação do perfil da pessoa idosa do Centro Dia Asada, Viana, kilometro 14-a, zona verde, em Luanda, Angola.* <https://repositorio.unesp.br/items/a004cba1-da20-4bfe-8439-b1d4a7405da3>.

Lourenço, J. A. (2025). *Envelhecimento ativo em Angola.* 16 Tons.

<https://books.google.com.ar/books?hl=es&lr=&id=ftt9EQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT4&dq=A+Constitui%C3%A7%C3%A3o+da+Rep%C3%ABlica+de+Angola,+no+seu+artigo+82%C2%BA,+garante+a+prote%C3%A7%C3%A3o+da+pessoa+idosa,+assegurando+o+direito+%C3%A0+seguran%C3%A7a+econ%C3%B3mica,+social+e+cultural&ots=JSXB0pFLuh&sig=pI59C23YRE1-ZIQWj8buoxd0pRQ>

Oliveira, J. B. & da Costa, R. G. (2008). O processo de luto no idoso pela morte de cônjuge e filho. *Psicologia: Ciéncia e Profissão*, 28(4), 790-803.

<https://www.scielo.br/j/pe/a/5kLfmShkb6bn5d5Jw7b5S6f/?format=pdf&lang=pt>.

ONU News. (2022, 15 de junho). *Década para o Envelhecimento Saudável incentiva qualidade de vida.* <https://news.un.org/pt/story/2022/06/1792482>.

Pintinho, M. C. A. (2017). *A exclusão social dos idosos: análise do contexto familiar em Angola-Luanda.* Paco Editorial.

Romão, M. F. I. (2019). *Percepção dos enfermeiros do Hospital Geral de Malanje/Angola sobre Cuidados Paliativos* (Master's thesis, Universidade de Lisboa (Portugal)).

<https://search.proquest.com/openview/a10b7da88deba2fbe7d06b6b25e5deb1/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2026366&diss=y>.

Schut, M. S. H. (1999). The dual process model of coping with bereavement: Rationale and description. *Death studies*, 23(3), 197-224.

<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/074811899201046>.

Syrio, L. L. (2021). Vidas não passíveis de luto: um diálogo entre Freud e Butler (Doctoral dissertation, Dissertação de mestrado). Universidade Federal do Rio de Janeiro.
<https://teopsic.psicologia.ufrj.br/wp-content/uploads/2021/06/Dissertacao-Lilian-Landim-pdf-1.pdf>. <https://teopsic.psicologia.ufrj.br/wp-content/uploads/2021/06/Dissertacao-Lilian-Landim-pdf-1.pdf>.

Contribución de autoría de cada uno

ROLES	AUTORES QUE ASUMIERON EL ROL
Conceptualización	Alenni Ramona Aguilera Grave de Peralta Valerio Canhala Semente
Análisis formal	Alenni Ramona Aguilera Grave de Peralta Valerio Canhala Semente
Investigación	Alenni Ramona Aguilera Grave de Peralta Valerio Canhala Semente
Metodología	Alenni Ramona Aguilera Grave de Peralta Valerio Canhala Semente
Supervisión	Alenni Ramona Aguilera Grave de Peralta Valerio Canhala Semente
Visualización	Alenni Ramona Aguilera Grave de Peralta Valerio Canhala Semente
Redacción borrador original	Alenni Ramona Aguilera Grave de Peralta Valerio Canhala Semente
Redacción – revisión y edición	Alenni Ramona Aguilera Grave de Peralta Valerio Canhala Semente

Declaração de Conflito de Interesses

Os autores declaram não haver conflitos de interesse em relação a esta pesquisa.

Declaração de Financiamento

Os autores declaram não ter recebido financiamento para este projeto.