

O vazio da vida e a solidão em si

Uma análise sobre o suicídio

Meire Rose de Oliveira Loureiro Cassini¹
Paloma Fernanda Paiva²
Rodrigo Carvalho Viana³

INTRODUÇÃO

O suicídio é um ato intencional e consciente onde o sujeito tem como objetivo tirar a sua própria vida. Shmeidan¹, considerado precursor da suicidologia, traz em seus estudos sobre o comportamento e causas suicidas a multidimensionalidade presente, como a dor emocional e a emoções negativas relacionadas, sendo o suicídio como resolução de problemas para o indivíduo.

Como fator importante frente a prevenção das tentativas de suicídio e do suicídio é conhecer as causas, identificar os sinais de alerta, estabelecer programas de prevenção e de tratamento. Para tanto, é imprescindível buscar uma maior compreensão acerca das questões que possam levar, ou geradores, ao desespero e quais suas características psicológicas e psicopatológicas. Para tanto, se faz necessário o cuidado ao sujeito de forma integral, na qual é essencial reconhecer o indivíduo como ser social, político e histórico concomitantemente ao mundo que este se insere².

Ao buscar compreender a temática a partir de estudos que norteiam as ações e práticas de prevenção e promoção da saúde nos deparamos com a solidão, vista enquanto ausência de si e que pode se relacionar com os comportamentos suicidários³. Esse mal-estar de vida leva a pessoa a ver como a única possibilidade de alívio a própria morte.

Nesse sentido, debruçar sobre essa perspectiva nos provoca e instiga a analisar os sentimentos e/ou a falta de sentido envolvidas no processo de adoecimento psicoemocional possibilitando estratégias de ação frente aos fatores de risco de suicídio visando a prevenção, atenção e cuidados em saúde.

OBJETIVO E MÉTODO

Tem-se como objetivo compreender a solidão enquanto sentimento que pode representar a ausência de si e perda de sentido para o indivíduo, tornando o suicídio como possibilidade frente ao sofrimento e dor de existir. A partir dessa análise sobre o sentimento presente e observado podemos repensar as práticas assistenciais, proporcionando melhores condutas que busquem promover as ações estratégicas para prevenção e cuidado às pessoas em comportamento de risco para o suicídio. O método utilizado foi de revisão narrativa de literatura. Base de dados Pubmed, Scielo e Google acadêmico, utilizando descritores “solidão”, “dor existencial”, “suicídio”, em português, inglês e espanhol, sendo analisados os que cumpriam com os objetivos associada à prática em saúde.

RESULTADOS

A partir de estudos sobre o suicídio e com base na prática em saúde, observa-se a complexidade da temática e os fatores envolvidos. Dentre eles, observa-se o sentimento de solidão, onde essa “falta”, nominável ou inominável, pode se fazer presente enquanto dor, podendo ser gatilho lançando a pessoa em um vazio existencial^{4,5}.

Na contemporaneidade, vê-se a fluidez nas relações, perpassada pela fragilização, o individualismo e consumismo⁶. Ainda que o indivíduo viva em sociedade e seja um ser social⁷, a sociedade contemporânea tem possibilitado um isolamento na/da relação social, proporcionando um sentimento de solidão e, muito embora vise satisfazer as necessidades individuais, por outro lado também padece de sentido^{4,5}. Desta forma, a fragilidade das relações sociais e o sentimento de solidão tem se apresentado enquanto fator de risco significativo e iminente para o sofrimento, o desencadeamento de adoecimento mental, e para o suicídio.

O sentir-se isolado, na esfera das relações descartáveis, não duradouras, incide a solidão como dor, insuportável, colocando em xeque a vida, o sentido de viver. Para Durkheim⁸, a concepção da solidão como terrível e derradeiro assombro, tendo o suicídio como expressão individual advindo dos fatores sociais, do fenômeno coletivo.

Heidegger⁹ nos convoca a repensar o que significa ser homem. A partir do "Ser e Tempo", nos convida ao olhar sobre a busca de compreender a existência do ser humano, numa perspectiva ontológica a partir da explicação do ente, o serai (Dasein), reconhecendo-o como o ser-no-mundo. Tal estrutura, captada pelo homem no seu próprio existir. Nessa perspectiva, a essência do homem estaria na sua relação com mundo dos objetos, o mundo natural, o mundo das relações com seu semelhante, o seu mundo pessoal e das relações consigo mesmo.

Neste sentido, voltar o olhar sobre e a dor de questões colocadas, da dor de existir, utilizando-se da fenomenologia, nos permite olhar para a pessoa, buscando uma compreensão sobre quem a vivencia, sobre si mesma. Nesse processo, dar a pessoa com dor a possibilidade de ser, consciente de si enquanto ser no mundo, existindo, dando um sentido.

A refletir sobre a temática abordada, Fogel¹⁰ remete sobre a dor como uma condição existencial, inescapável, compreendia aqui a dor do viver e de ter de ser, a que constitui e condiciona o ser humano, e que não competiria como tal, se extinguir. Nessa análise, corrobora, confirmando o sofrimento, a dor, a crença em se viver sem dor alguma, como traço constitutivo da modernidade.

Compreender, portanto, o sofrimento como inerente ao ser humano é possibilitar dar novos sentidos a vida, compreendendo que esta, também, é perpassada pelo sofrimento e sentimento de solidão. Neste sentido, observa-se na prática em saúde o impacto da fragilidade das relações e o sentimento de solidão enquanto fator de risco que podem gerar adoecimento, sofrimento intenso, e levar a comportamentos de risco e/ou ao suicídio.

Sendo assim, torna-se necessário a escuta, possibilitar um lugar de existência. Ouvir a pessoa em situação de dor e buscar alternativas que amenizem seu sofrimento, a solidão, de ressignificar o viver e dar sentido a vida.

CONCLUSÕES

Pensar na prevenção do suicídio em sua totalidade nos parece limitado, uma vez que inseridos em uma sociedade de estranhamento entre os seres humanos, onde as relações se perpassam pela liquidez⁶. Trazer a tona reflexões em torno da solidão é repensar as relações e as formas de atenção e cuidados frente ao suicídio.

Desta forma, compreender o suicídio enquanto uma grave questão de saúde pública que demanda práticas emergenciais engloba ainda, a necessidade de aprofundar os estudos deste fenômeno, buscando compreender todos os aspectos que o cercam.

O vazio da vida, a busca de sentido e o sentimento de solidão podem desempenhar um papel significativo impactando no adoecimento em saúde mental, comportamento e no aumento do risco de suicídio, demarcando um lugar de existência permeado por sofrimento e dor.

Em análise, o que se depara é com a falta de conexão social e de apoio emocional como desencadeadores ou mesmo perpetuadores dos sentimentos de solidão, associado ao desamparo, desesperança e desespero ocasionando em uma profunda e mortal dor emocional, existencial, uma falta de sentido frente a vida.

Considerar a temática do suicídio no contexto clínico, tomada por algum grau do sofrimento, nos convoca a maior disponibilidade, ao qual o sofrer podem ser trabalhadas. Nessa perspectiva, torna-se fundamental ofertar acolhimento e suporte adequados visando superar esses desafios e encontrar novos sentidos, ressignificando os sentimentos de vazio de vida e da solidão em si. Deste modo, promover a atuação a partir de uma escuta cuidadosa, empática, acolhedora, atenta ao outro e que leve em consideração a dor de existir, resgatando as possibilidades de ressignificação da solidão e do sentido da vida.

REREFÊNCIAS

1. SHNEIDMAN, E. A psychological approach to suicide. In G. R. VandenBos & B. K. Bryants (Ed.), *Cataclysms, Crises, and Catastrophes: Psychology in Action*. Washington, DC: American Psychological Association. 1987.
2. GUTIERREZ, B. A. O. *Assistência hospitalar na tentativa de suicídio*. *Psicologia USP [online]*, v. 25, n. 3. 2014.
3. AGUIAR, L. J. P. de. O nó da nossa solidão: uma análise sobre suicídio no Brasil /Laurem Janine Pereira de Aguiar. - Tese (Doutorado) - Programa de Pós-Graduação em Serviço Social, PUCRS. 2023.
4. FRANKL, V. E. *Em busca de sentido* (W. Schlupp, trad.). Petrópolis, RJ: Vozes. 1985.
5. FRANKL, V. E. *Psicoterapia e sentido da vida* (A. M. Castro, trad.). São Paulo: Quadrante. 2003.
6. BAUMAN, Z. *Tempos líquidos*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 2007.
7. MARX, K. *Sobre o suicídio*. São Paulo: Boitempo, 2006.
8. DURKHEIM, Emile. *O Suicídio: Estudos de Sociologia*. São Paulo, Martins Fontes, 2000.
9. HEIDEGGER, M. *Ser e tempo (Parte I)*. Trad. de Márcia de Sá Cavalcanti. 2ª ed. Petrópolis: Vozes; 1986.
10. FOGEL, G. *O Homem Doente do Homem e a Transfiguração da Dor: Uma Leitura de Da visão e do enigma em Assim falava Zaratustra, de Frederico Nietzsche*. 2. ed. Rio de Janeiro: Mauad, 2010.

¹Psicóloga Especialista Clínica, Saúde Mental e Hospitalar. Mestranda Promoção da Saúde e Prevenção da Violência - UFMG
Responsável pelo Serviço de Psicologia Hospitalar - Hospital Felício Rocho - BH/MG

²Psicóloga Especialista Saúde Mental: Política, Clínica e Práxis.

Serviço de Psicologia Hospitalar - Hospital Felício Rocho - BH/MG

³Acadêmico de Medicina na Faculdade de Saúde e Ecologia Humana - FASEH - BH/MG.