

# Sempre juntas

Viúva, mãe de três, avó de cinco e bisavó de três, a aposentada Maria Rita Dornas de Oliveira Dantas, 78, e a irmã Maria Aparecida de Oliveira Dornas, 76, são grandes amigas desde a infância, e há mais de 30 anos moram juntas. Maria Aparecida, mais conhecida como Cidinha, tem um comprometimento cognitivo ocasionado por disritmia cerebral neonatal e, desde crianças, Rita tem um cuidado especial com ela.

“Somos muito amigas e sempre me senti um pouco responsável. Mamãe viajava muito a trabalho e, desde novinha, eu assumi esse papel de estar ao lado da Cidinha para tudo. Temos um irmão mais velho, mas de mulher eu sou a mais velha. Ela vem depois e, por fim, mais um irmão e uma irmã caçula, então esse papel sempre foi um pouco meu”, conta.

A família sempre foi unida e dividiu os cuidados com Cidinha com carinho, compreensão e paciência. Até hoje, todos os irmãos se encontram para almoçar todo domingo, trazendo junto os filhos, netos, agregados e bisnetos.

Quando o pai delas morreu, a mãe e a irmã foram morar com Rita, os filhos já eram adultos e não foi difícil conciliar as demandas. Pela idade avançada da mãe, Rita foi assumindo cada vez mais responsabilidades, até se tornar a cuidadora legal de Cidinha, em 1994, quando elas perderam a mãe. “Nessa época, além de adultos, meus filhos já eram casados e tinham suas famílias. Não foi difícil me dedicar a ela. Hoje, moramos juntas, e um dos meus filhos veio ficar conosco”.

A rotina é leve. Todos os dias Cidinha vai para a Apae, onde faz diversas atividades, sobre as quais adora falar para Rita quando chega em casa. Ela tem um celular, configurado por um neto de Rita, que usa para falar com os irmãos, e ajudou Rita com os filhos, já que adora bebês. “Quando me tornei mãe, ela vinha e ficava comigo, me ajudava a fazer meus filhos dormirem e sempre tivemos uma convivência muito fraternal e carinhosa.”



Maria Rita Dornas de Oliveira Dantas com a irmã que tem necessidades especiais Maria Aparecida de Oliveira Dornas

Marcelo Ferreira/CB/D.A Press

## A culpa e a responsabilidade

A psicóloga e psicanalista Sílvia Oliveira comenta que, na perspectiva psicanalítica, assumir essa responsabilidade pode ativar complexos inconscientes relacionados à culpa, à obrigação e à idealização do papel de cuidador.

“O sujeito pode se sentir preso em um conflito interno, entre o desejo de liberdade e a necessidade de responder às expectativas externas. A sobrecarga emocional pode também estar ligada à identificação com os pais, especialmente se o irmão com necessidades especiais era anteriormente cuidado por eles”, explica.

A psicóloga ressalta a importância de explorar essas dinâmicas em processos terapêuticos para que a pessoa entenda a melhor forma para assumir e se posicionar nesse novo papel, que pode vir tanto quando ela já é mais velha e tem

a vida estabelecida quanto no início da vida adulta, o que pode trazer desafios extras.

Na maioria das vezes, além de serem sobrecarregados com as novas responsabilidades, esses irmãos estão lidando com a morte de um dos pais e precisam navegar por todos esses sentimentos ao mesmo tempo. “O luto é visto como um processo necessário para a elaboração da perda. Negar ou reprimir pode levar à melancolia. É crucial que o cuidador encontre espaço para simbolizar essa perda”, alerta Sílvia.

A psicóloga também reforça que é importante que os irmãos compreendam que o cuidado não é uma substituição do vínculo perdido com o pai ou a mãe, evitando uma sobreposição afetiva.

Tiane Amaral, psicóloga, é categórica quando fala na importância do autocuidado e da vivência do luto para exercer o papel de cuidador da melhor forma possível. “É importante reconhecer e validar o próprio sofrimento, dedicando momentos específicos para processar o luto, mesmo em meio às demandas Lembre-se: cuidar de si é essencial para cuidar bem do irmão.”