

## O processo de luto diante da morte inesperada

### *The grieving process in the face of unexpected death*

Camila Miguel de Araújo<sup>1</sup>, Nathália Batista Ferreira Escobar<sup>2</sup>, Jeniffer Ferreira-Costa<sup>3</sup>, Thais da Silva-Ferreira<sup>4</sup>, Dante Ogassavara<sup>5</sup>, José Maria Montiel<sup>6</sup>, Daiane Fuga da Silva<sup>7</sup>

#### RESUMO

A consciência da morte é frequentemente vivenciada com um distanciamento subjetivo da realidade da finitude. Quando ocorre a perda de alguém próximo, surge uma necessidade de reorganização psíquica para o enlutado. Diante de uma perda inesperada, a desorganização e o luto apresentam aspectos específicos. Este estudo objetivou descrever a percepção de indivíduos que vivenciaram o processo de luto por morte inesperada, atentando-se para os fenômenos emocionais experienciados. Foi realizada uma investigação de cunho qualitativo com entrevistas semi-estruturadas de quatro indivíduos que vivenciaram a perda de uma pessoa próxima há dois anos. Resultante desta investigação, identificaram-se quatro categorias temáticas com três unidades de significado. O estudo explicitou diferentes formas de enfrentamento do luto, a composição da rede de apoio, a atribuição da necessidade de apoio profissional de psicoterapia e o sentimento no primeiro contato com a notícia do falecimento. A presença da rede de apoio foi um aspecto que mitigou complicações no luto. A atuação do psicólogo em situações de mortes inesperadas foi identificada como fator protetivo, já que esse tipo de luto pode ser mais difícil e prolongado. A morte inesperada ainda carece de atenção adequada, necessitando de suporte especializado para melhor acolher os enlutados.

**Palavras-chave:** Luto. Enfrentamento. Saúde Mental.

#### ABSTRACT

The awareness of death is often experienced with a subjective distancing from the reality of finitude. When the loss of someone close occurs, there arises a need for psychic reorganization for the bereaved. In the face of an unexpected loss, disorganization and grief present specific aspects. This study aimed to describe the perception of individuals who experienced the grieving process due to unexpected death, paying attention to the emotional phenomena experienced. A qualitative investigation was conducted with semi-structured interviews of four individuals who experienced the loss of a close person two years ago. As a result of this investigation, four thematic categories with three units of meaning were identified. The study made explicit different ways of coping with grief, the composition of the support network, the attribution of the need for professional psychotherapy support, and the feeling at first contact with the news of the death. The presence of the support network was an aspect that mitigated complications in grief. The psychologist's role in situations of unexpected deaths was identified as a protective factor, as this type of grief can be more difficult and prolonged. Unexpected death still lacks adequate attention, requiring specialized support to better accommodate the bereaved.

**Keywords:** Bereavement. Coping Skills. Mental Health.

<sup>1</sup> Psicóloga pela Universidade São Judas Tadeu, São Paulo, SP, Brasil. ORCID <https://orcid.org/0009-0001-1705-3649> E-mail: [calima.araujo@hotmail.com](mailto:calima.araujo@hotmail.com)

<sup>2</sup> Psicóloga. Mestranda do Programa de Pós-Graduação Stricto-Sensu em Ciências do Envelhecimento pela Universidade São Judas Tadeu, São Paulo, SP, Brasil. ORCID <https://orcid.org/0009-0009-1567-1513>

<sup>3</sup> Psicóloga. Mestranda do Programa de Pós-Graduação Stricto-Sensu em Ciências do Envelhecimento pela Universidade São Judas Tadeu, São Paulo, SP, Brasil. ORCID <https://orcid.org/0000-0001-6281-7970>

<sup>4</sup> Titulação e Psicóloga. Mestranda do Programa de Pós-Graduação Stricto-Sensu em Ciências do Envelhecimento pela Universidade São Judas Tadeu, São Paulo, SP, Brasil. ORCID <https://orcid.org/0000-0002-9826-3428>

<sup>5</sup> Psicólogo. Mestre e Doutorando do Programa de Pós-Graduação Stricto-Sensu em Ciências do Envelhecimento pela Universidade São Judas Tadeu, São Paulo, SP, Brasil. ORCID <https://orcid.org/0000-0002-2842-7415>

<sup>6</sup> Psicólogo. Mestre e Doutor em Psicologia. Docente do Programa de Pós-graduação Stricto Sensu em Ciências do Envelhecimento da Universidade São Judas Tadeu/Instituto Ânima, São Paulo, SP, Brasil. ORCID <https://orcid.org/0000-0003-0182-4581>

<sup>7</sup> Psicóloga e Mestre em Ciências do Envelhecimento. Docente e Supervisora de estágio clínico da Universidade São Judas Tadeu, SP, Brasil. ORCID <https://orcid.org/0000-0002-9255-3694>

## 1. INTRODUÇÃO

Ao longo da história, a representação social da morte foi sendo moldada e adquirindo diferentes significados entre os variados subgrupos da sociedade. Sob uma ótica psicanalítica, pode-se destacar que as pulsões de vida e morte são fatores essenciais do funcionamento individual. A força de ligação, a tentativa de organização no aparelho psíquico, relaciona-se à pulsão de vida. Esta é oposta à pulsão de morte, que se relaciona à força de desligamento, à ruptura dessa organização. A pulsão de morte age sigilosamente no psiquismo, visto que não possui possibilidade de representação. Só há dedução de sua expressão de forma indireta, por meio de efeitos como compulsão à repetição, reação terapêutica negativa, sentimento inconsciente de culpa e agressividade<sup>1</sup>.

Entretanto, é de extrema importância salientar que a pulsão de morte nunca pode se expressar sozinha; sempre estará ligada às pulsões de vida. A visão que se tinha da morte era a de um processo integrado ao viver. Porém, a partir da era do prazer imediato e juventude eterna, no século XIX, este assunto passou a ser envolto por dor e sofrimento e se tornou um evento não mais mencionado, onde não havia espaço para se refletir sobre a morte e as perdas<sup>2</sup>.

O processo de luto pode ser retratado como um fenômeno composto por cinco fases: negação, raiva, barganha, depressão e aceitação<sup>3</sup>. Segundo Sassi<sup>2</sup> ressalta-se que, dentre as múltiplas áreas de atuação da Psicologia, temos o auxílio em situações de perda, que tem papel facilitador no enfrentamento e discernimento da morte. O processo de luto é a busca de um novo equilíbrio de forças por meio da resignificação de fantasias e defesas do psiquismo. Entretanto, tal processo nem sempre é elaborado de forma satisfatória. Muitas vezes, essa perda se liga a uma gama de fantasias inconscientes e desestabiliza a estrutura dinâmica da personalidade. Assim, para algumas pessoas, a perda é extremamente disruptiva e pode desencadear consideráveis patologias, incluindo quadros depressivos. Sendo assim, é de extrema importância investigar qual significado essas fantasias têm na estrutura simbólica do sujeito singular<sup>1</sup>.

A consciência da própria morte é uma condição muito relevante para a construção dos seres humanos, determinada pela consciência real da própria mortalidade. A morte está presente em nosso cotidiano, é concreta e irremediável; porém, o homem também é constituído por uma subjetividade que busca a imortalidade. Assim, a morte é encarada como a maior inimiga que precisa ser combatida. A ligação afetiva com o outro, diretamente

estabelecida pelos vínculos, faz com que a morte do outro seja vivida como se uma parte nossa morresse junto. Entretanto, se essa perda ocorre de maneira brusca e inesperada, há uma potencialidade de desorganização, paralisação e impotência do outro. As mortes inesperadas são extremamente complicadas, principalmente pela sua característica de ruptura brusca e ausência de um preparo do enlutado diante da perda<sup>4</sup>.

Considerando todo esse processo de perda e desamparo com o luto, seja no hospital, na clínica ou nas demais áreas de atuação, a morte é um assunto que faz parte do cotidiano profissional de um psicólogo. Portanto, é extremamente importante que se dê a devida significância para a atuação da Psicologia também em situações de morte inesperada, para que as intervenções diante do paciente enlutado sejam realizadas de maneira satisfatória<sup>5</sup>. A maneira como as sensações e emoções intensas vêm sendo experienciadas no processo de luto pelo homem ocidental tem se tornado um grande problema, influenciando negativamente o bom desenvolvimento do ser humano. Portanto, é um assunto que merece a atenção e o acompanhamento devidos de um profissional da Psicologia<sup>5</sup>.

Refletindo sobre os itens aludidos, o estudo tem como escopo realizar o levantamento de um ponto de vista coletivo de pessoas que experienciaram o luto devido a uma morte inesperada. O estudo demonstra a importância e a urgência no âmbito da pesquisa, podendo viabilizar conteúdo para possíveis estudos na área da saúde e servir de meio de informação para todos, mas, sobretudo, para pessoas passando pelo luto em situação de morte inesperada. Isso pode incentivar a atenção governamental à saúde pública e privada, principalmente no quesito de atuação da Psicologia em todas as situações de perda, não só as que têm como causa algum motivo hospitalar. Nesse contexto, este estudo teve o objetivo de descrever a percepção de indivíduos que vivenciaram o processo de luto por morte inesperada, atentando-se para os fenômenos emocionais experienciados.

## 2. MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa de campo, descritiva, transversal e de abordagem qualitativa. O estudo foi baseado na busca da compreensão da dinâmica do ser humano, partindo do significado vivenciado pelo indivíduo<sup>6</sup>. Neste delineamento de pesquisa, visa-se entender os significados atribuídos na compreensão individual ou coletiva para a vida dos indivíduos. Assim, a análise qualitativa contribuiu para a compreensão mais aprofundada dos sentimentos, ideias e comportamentos dos participantes do estudo.

Esta pesquisa contou com a participação de quatro indivíduos, selecionados por conveniência. Foram adotados como critérios de inclusão a idade igual ou superior a 18 anos e ter vivenciado o processo de luto por uma situação de morte inesperada há pelo menos dois anos. Como critério de exclusão, foram desconsiderados voluntários que, durante o andamento das entrevistas, por algum motivo, necessitaram interromper sua participação.

Para a coleta de dados foi utilizado um Questionário Sociodemográfico e realizada uma Entrevista Semi-dirigida. O questionário sociodemográfico foi organizado com perguntas relacionadas aos dados de identificação, incluindo: nome, idade, e-mail, telefone, escolaridade, estado civil, rendimento familiar mensal, fonte de renda, responsável financeiro e grupo familiar. Além disso, o questionário possuía questões complementares acerca da perda por morte inesperada e do processo de luto. A Entrevista Semi-dirigida, assim como explicitado por Bleger em 1998<sup>7</sup> que, além do recurso clínico, é uma técnica útil para a pesquisa científica em Psicologia. A diferenciação que se pode fazer da entrevista psicológica para outros tipos de entrevistas é o objetivo, que, neste modelo, pretende investigar aspectos psicológicos. Foi utilizada a entrevista semi-dirigida, de forma que foram definidos quatro grandes grupos norteadores, sendo eles: a relação que existia com quem faleceu, o tipo de morte inesperada, o luto vivido e a atuação do psicólogo diante da situação, como estímulo para que as entrevistas pudessem trazer informações.

Buscando conhecer a perda, foi solicitado que o(a) participante fizesse um relato de sua relação com quem faleceu. Na investigação sobre o tipo de morte inesperada, a entrevista foi pautada nas questões norteadoras: “Como aconteceu e como foi receber essa notícia?”. Em relação ao luto, foi investigado como foi todo esse processo e a relação com a rede de apoio (família, amigos, profissionais da saúde). Sobre a atuação do psicólogo, foi investigado se houve acolhimento psicológico, se sim, como foi; se não, por quê. Além disso, foi investigado o papel da Psicologia em situações de morte inesperada.

A pesquisa foi submetida e aprovada pelo Comitê de Ética da Universidade São Judas (CAAE: 46113421.5.0000.0089, Parecer: 4.677.308). Os participantes foram convidados por meio das redes sociais (Facebook, Instagram e WhatsApp) através de uma carta-convite e, a partir disso, foram direcionados para um formulário Google. Neste formulário, o(a) participante podia optar por concordar ou não com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), que estava disponível para ser salvo em PDF e/ou para impressão.

Para os participantes que aceitaram prosseguir para a próxima etapa do formulário, estes responderam às perguntas de cunho sociodemográfico com algumas informações pessoais e, ao final do formulário, puderam disponibilizar seu e-mail para contato e expressar seu interesse em dar ou não continuidade à pesquisa, cuja próxima etapa seria a entrevista online.

Os pesquisadores entraram em contato com os participantes selecionados que se encaixavam nos critérios de inclusão, para dar continuidade ao processo, através de um e-mail criado para o desenvolvimento da pesquisa, estabelecendo o melhor dia e horário para agendamento das entrevistas, sempre respeitando a disponibilidade dos participantes e anexando as orientações sobre a entrevista.

A entrevista no Google Meet se iniciou com a leitura do TCLE e foi informado ao participante que as respostas seriam gravadas, seguindo todas as normas éticas sobre sigilo. Foi reiterado que as imagens seriam usadas apenas para fins acadêmicos e que as informações pessoais adquiridas, tais como nome e imagem, não seriam divulgadas em hipótese alguma. Também foi informado que o participante poderia interromper a entrevista a qualquer momento. Após as instruções iniciais, os pesquisadores iniciaram a entrevista semi-dirigida. Os dados das entrevistas foram transcritos na íntegra e serão salvos em local seguro por cinco anos. Após este período, serão incinerados.

Sobre os Procedimentos de análise de dados, é válido mencionar o verbo principal da análise de conteúdo qualitativa é compreender. Ou seja, para termos a capacidade de compreender, precisamos nos abster de julgamentos, levando em conta a singularidade de cada indivíduo<sup>8</sup>. Ainda seguindo os estudos de Minayo<sup>8</sup>, o estudo qualitativo de dados precisa ter seu objeto bem definido, a fim de que as estratégias de campo possam ser traçadas, trazendo toda a interpretação a partir do processo consequente no cenário de pesquisa. Dessa forma, por meio da interpretação e compreensão dos dados coletados no questionário e na entrevista, foram feitas as interlocuções necessárias aplicadas no processo.

A pesquisa qualitativa objetiva compreender questões singulares, lidando com inquietações que não se propõem a ser quantificadas, controladas ou mesmo universalizadas a partir dos resultados encontrados. Assim, para o olhar qualitativo, é preciso conviver com a curiosidade, a criatividade, as incertezas e os imprevistos<sup>9</sup>.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para garantir o anonimato, os participantes foram identificados com a letra “P” seguida de seu número correspondente (exemplo: P1, P2, e assim sucessivamente). No que tange às características dos quatro participantes, aponta-se que todos são do sexo feminino e não moram sozinhos, sendo majoritariamente solteiros (75%), com escolaridade de segundo grau (75%), possuindo uma renda familiar de até três salários mínimos (75%) e compartilham as despesas do seu lar (75%).

As análises temáticas de conteúdo das narrativas serão apresentadas a seguir e, para melhor compreensão, foram elaboradas figuras constando o nome da Categoria Temática (vertical), suas Unidades de Significado (horizontal) e o número de participantes que fizeram parte daquela Unidade de Significado. Para garantir o anonimato, as participantes foram identificadas com a letra “P” seguida de seu número correspondente (exemplo: P1, P2, e assim sucessivamente). Os dados mencionados se encontram na Figura 1, Figura 2, Figura 3 e Figura 4.

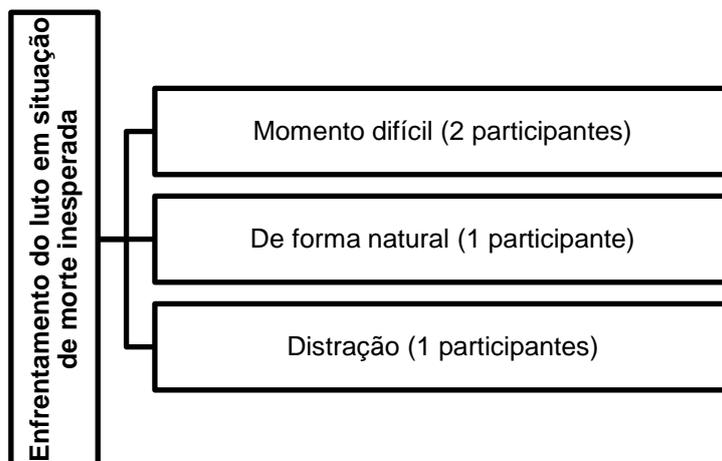


Figura 1. Enfrentamento do luto em situação de morte inesperada.

Quando questionados sobre como enfrentaram essa situação de morte inesperada, a resposta mais comum entre os participantes foi um "momento difícil".

*P2: No começo foi bem, bem difícil de aceitar, até hoje é difícil de aceitar, mas no começo eu ficava o tempo todo tipo "não, isso não aconteceu, nada a ver, eu meio que ficava negando, sabe?"*

Sigmund Freud<sup>10</sup> afirmou que, ao nos referirmos à nossa própria morte, tendemos a nos abster dela, tentando eliminá-la da vida, silenciá-la e nos fazer acreditar que não chegará, anulando-a. Entretanto, quando a morte à qual nos referimos é a do outro, evitamos cuidadosamente falar dessa possibilidade, não admitindo de forma alguma em

nossos pensamentos. No entanto, quando essa ocorre, ficamos profundamente comovidos e abalados. Bowlby em 1984<sup>11</sup> expôs em sua Teoria do Apego que o ser humano tem uma enorme tendência a formar laços afetivos de várias formas e graus, teoria essa que se vê em prática nas relações humanas. Em contrapartida, é essa relação que nos mostra que a intensidade do luto está diretamente ligada ao grau de apego ao objeto de amor, nesse caso, a pessoa querida e amada. Um dos entrevistados relata que enfrentou o luto na situação de morte inesperada, considerando-a um momento natural.

*P3: Eu meio que sigo um padrão, nos primeiros momentos eu fico bem mal, não consigo dormir nas primeiras semanas, fico dormindo com a luz acesa, fico sentindo ansiedade e tristeza o tempo todo, isso quando eu consigo dormir, eu fico acordando a todo momento com a notícia, sabe?*

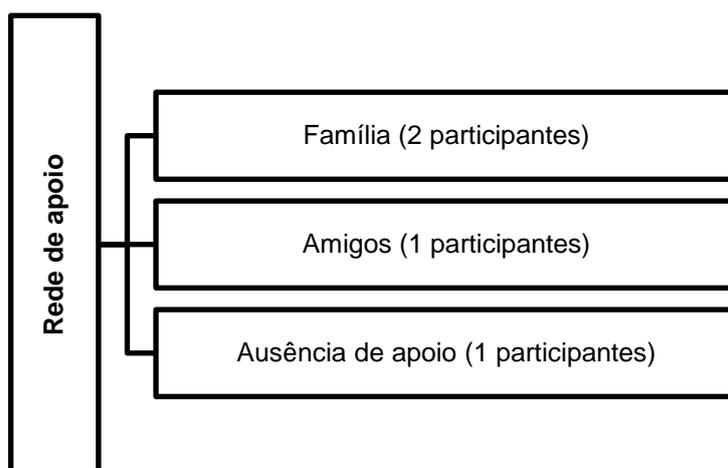
Almeida, Santos e Haas<sup>12</sup> explicam que, ao longo da vida, enfrentar adversidades e adaptar-se às mais diversas situações são procedimentos normais do desenvolvimento. Entretanto, em acontecimentos estressores de grande intensidade, a adaptação pode ser extremamente difícil e lenta.

A "distração" em relação ao luto é citada por P4 quando questionada sobre o enfrentamento nessa fase:

*P4: Eu era muito nova e estava vivendo muita coisa nova de uma vez, tinha acabado de entrar no colégio, então era tudo muito novo e essas coisas foram me distraindo muito, eu ouvia muito das pessoas que eu devia ser a força para a minha mãe, e eu dava muita força pra ela em tudo, então eu meio que era bem-humorada por ela, e aí minha irmã teve um filho... então as distrações que minha vida teve foram o que me ajudou muito nessa parte. [...] Tive a minha família, apoio na escola também, com a psicopedagoga, eu conversava muito com ela, tive oferta de psicólogo também.*

Essa observação confirma a ideia de Carnaúba, Pelizzari e Cunha<sup>4</sup> de que os enlutados necessitam de atenção e de um acompanhamento psicológico adequado, especialmente no primeiro momento após a ocorrência de uma morte inesperada. Nessa fase, o choque pode ser devastador, e os enlutados precisam de auxílio para assimilar a perda e, posteriormente, aceitar o luto.

O próximo tema a ser tratado diz respeito à rede de apoio em situações de luto por morte inesperada, conforme retratado na Figura 2.



**Figura 2.** Rede de apoio em situações de luto por morte inesperada.

Quando questionadas se tiveram uma rede de apoio e como foi essa relação, duas das quatro participantes disseram que receberam muito apoio da "família", pois compartilharam a vivência do luto.

*P2: Foi questão de familiares e amizade mesmo, eles vieram, conversavam comigo, minha mãe vinha conversava comigo e tal... e foi basicamente isso, um ajudando o outro mesmo.*

De acordo com o estudo de Campos de 2013<sup>1</sup>, a simbolização e elaboração da perda na busca de novos caminhos para o desejo leva tempo e envolve reflexões. Esses objetos de amor podem ser desinvestidos por esse caminho, quando o sujeito passa a encontrar novos substitutos. Esse processo engloba, além de encontrar um objeto substituto, a elaboração das fantasias conscientes e inconscientes que são ativadas com a perda do objeto, portanto, não é nada simples. Pode-se dizer, então, que o processo de luto é um redimensionamento das fantasias e defesas do psiquismo, em busca de um novo equilíbrio de forças.

Quando a família apresenta um bom funcionamento, o apoio mútuo entre seus membros colabora para um processo de ajustamento adaptativo à situação de perda. A liberdade de comunicação e a expressão de sentimentos e pensamentos contribuem diretamente para a elaboração do luto<sup>13</sup>. Tendo os "amigos" como rede de apoio neste momento, P3 diz:

*P3: Eu tive a ajuda dos meus amigos porque eles compartilharam essa perda comigo, estava todo mundo sofrendo junto e se apoiando junto.*

O suporte social e familiar torna-se fundamental para enfrentar tal experiência. Em geral, o enlutado conta com o apoio de sua comunidade e, na maioria das situações, esse suporte é efetivo e dispensa qualquer intervenção complementar<sup>14</sup>.

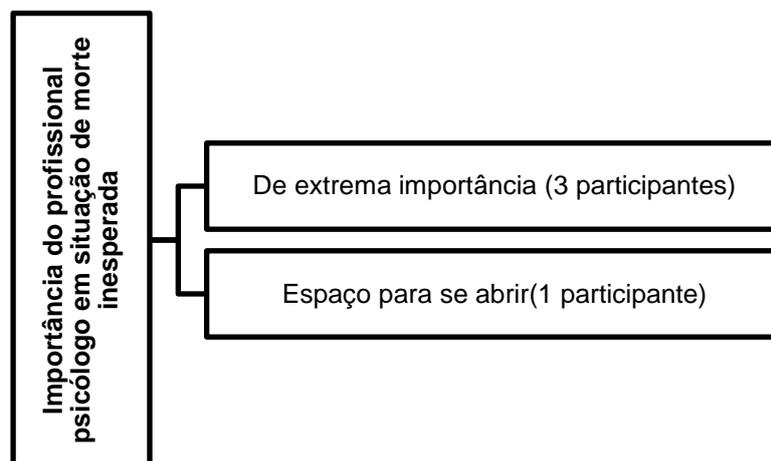
P1: *A minha família é muito tradicional, eles não estão nem aí pra isso, quer dizer, na verdade não entendem isso... Eu tive que resolver tudo sozinha... até enterrar [...].*

Delalibera et al.<sup>13</sup> citam que o luto pode ser potencializado ou prejudicado como consequência da abertura para a comunicação e do nível de coesão entre os membros da família. Portanto, um bom funcionamento familiar durante esta fase é de suma importância para o bem-estar psicológico dos integrantes, o que pode ser identificado na fala de P1.

P1: *A minha família é muito tradicional, eles não estão nem aí pra isso, quer dizer, na verdade não entendem isso... Eu tive que resolver tudo sozinha... até enterrar [...] eu acho que até hoje não caiu a ficha.*

Delalibera et al.<sup>13</sup> expõem que os membros da família apresentam maiores dificuldades para se adaptar diante da perda quando há um funcionamento familiar mais limitado. A morte física não ocorre ao mesmo tempo que a morte social, cujo processo leva tempo e, em situações traumáticas, pode gerar dificuldades no processo do luto.

O próximo tema a ser tratado diz respeito à importância do profissional psicólogo em situações de morte inesperada e será apresentado na Figura 3.



**Figura 3.** Importância do profissional psicólogo em situação de morte inesperada.

Em relação à importância do profissional psicólogo em situações de morte inesperada, quando questionados sobre isso, a maioria dos participantes definiu como algo de "extrema importância".

P2: [...] acho que é muito importante ajudar a elaborar essa questão do luto, porque eu acredito que se eu estivesse fazendo terapia, eu não teria ficado tão mal quanto eu fiquei, teria me auxiliado nessa questão, por mais que tenha sido inesperado e foi de uma forma muito brusca, que aconteceu, teria me ajudado a elaborar tudo que eu estava sentindo. Então eu acredito que hoje, se eu estivesse fazendo terapia na época, hoje eu não estaria sentindo tanto como eu estou sentindo.

O papel do psicólogo é crucial no enfrentamento do luto por parte dos amigos e familiares do falecido. Além de orientar a família em todas as etapas da morte — antes, durante e após a ocorrência — a psicologia também atua nos impactos causados pela ausência, na não aceitação e na solidão provocados pela morte. O acolhimento de um profissional da psicologia nas questões emocionais causadas pelo luto tem a função de minimizar o sofrimento do indivíduo que está passando por esse processo. A observação e a escuta do psicólogo são de fundamental importância diante do silêncio de uma perda<sup>15-16</sup>. Igualmente foi citada a importância de ter um "espaço para se abrir" quando questionada sobre a importância deste profissional em tal situação.

P4: Sempre que acontece isso a gente se encontra sem rumo, né? A gente não sabe o que faz, ainda mais quando acontece de forma inesperada como o meu pai, ele era a minha figura masculina de exemplo e eu perdi assim do nada, então a gente precisa de um rumo, as vezes a gente precisa conversar alguma coisa que não quer conversar com quem a gente sabe que está doído igual a gente, então é importante ter essa pessoa para a gente poder ter um espaço para se abrir e realmente falar o que a gente sente.

Receber o suporte adequado para enfrentar a situação de luto é de fundamental importância para o enlutado<sup>4</sup>. Portanto, a Psicologia desempenha um papel significativo no acolhimento e na escuta de indivíduos em processo de elaboração do luto. P1 comenta que, para ela, a importância do Psicólogo vai além da situação de luto por morte inesperada:

P1: Eu acho ele importante não só nessa fase, mas em todas as fases.

O próximo tema a ser tratado diz respeito ao sentimento ao receber a notícia do falecimento e será apresentado na Figura 4.

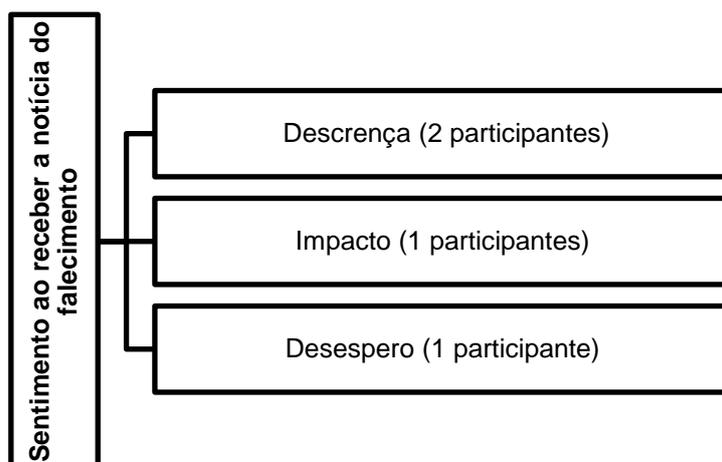


Figura 4. Sentimento ao receber a notícia do falecimento.

Ao questionar qual foi o sentimento ao receber a notícia da perda, a maioria dos participantes relatou uma "descrença", confessando que não conseguiam acreditar no que ouviam.

P2: [...] eu lembro de pegar o celular e tentar ligar pra ele, tipo "não, meu, é uma brincadeira" sabe? E eu liguei e ele não atendeu.

P3: [...] no primeiro momento eu não acreditei, eu falei: "não, não é possível, eles tão zoando, isso não tá acontecendo" e aí foi passando o dia, foi um dia muito angustiante porque seu amigo num dia tá vivo, tá postando stories e no dia seguinte falam que ele morreu assassinado.

Segundo Almeida, Santos e Haas<sup>12</sup>, entre os padrões especiais de luto por morte súbita (PEL), está a sensação de irrealidade sobre a perda. Esses autores também relatam que passar pela experiência de uma situação drástica repercute no sistema afetivo, cognitivo e emocional do indivíduo, sendo necessário um processo para ajustar e adaptar os modos de deter as informações e organizá-las, acomodando as mudanças provenientes dessa experiência, tanto interna quanto externamente.

P4 fala sobre o "desespero" que sentiu ao receber a notícia do falecimento:

P4: o dia que ele morreu é o dia que está gravado na minha mente para sempre, são cenas desesperadoras.

Para Kübler-Ross<sup>17</sup>, o luto é composto por cinco fases: negação, raiva, barganha, depressão e aceitação. As mortes que ocorrem de forma inesperada são especialmente estressantes e necessitam de mecanismos de enfrentamento diferentes. Isso ocorre porque quando alguém morre inesperadamente, o enlutado não tem o tempo necessário para se preparar para a perda, lidar com assuntos inconclusos e dizer adeus. Perdas não

resolvidas, traumáticas ou inesperadas, podem gerar um medo catastrófico para uma pessoa confrontada com uma ameaça de perda futura.

*P1: Meu pai era meu ídolo. Impactante, ele morreu de infarto fulminante do miocárdio, caiu na rua, “vupt”, morreu.*

P1 fala sobre o impacto que sentiu ao saber do falecimento de seu ente querido. O impacto do luto é um sentimento diferente, e isso se aplica tanto ao desenvolvimento do indivíduo, com as transições necessárias, como à família, que também passa por constantes processos de transição nos quais as mudanças podem adquirir o caráter de uma perda<sup>18</sup>.

#### 4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo deste estudo foi compreender a percepção que os participantes têm sobre a atuação do psicólogo durante o processo de luto por morte inesperada e analisar suas vivências diante dessa situação. Destaca-se que a atuação desse profissional transcende a situação da morte inesperada, e que a rede de apoio desempenha um papel importante no enfrentamento do luto.

No que diz respeito às limitações, houve dificuldade no agendamento das entrevistas devido à temática e ao pré-conceito associado a abordagens sobre o luto. Alguns encontros foram desmarcados e remarcados posteriormente ao longo das entrevistas. Apesar do conhecimento de que o tema abordado seria sensível, todas as participantes demonstraram estar confortáveis e responderam abertamente a todas as questões. Ao final de todas as entrevistas, as entrevistadoras procuraram garantir o bem-estar das participantes em relação a tudo que foi falado e revivido.

Foi possível constatar que a maioria das participantes teve uma rede de apoio presente. Aquelas que não a tiveram enfrentaram dificuldades no processamento do luto. Quanto à atuação do psicólogo em situações de morte inesperada, os participantes relataram sua importância, considerando que o luto decorrente de morte inesperada pode ser mais difícil de ser aceito, mais prolongado e doloroso.

Considerando os pontos mencionados, percebe-se que a atuação do psicólogo em relação ao luto abrange áreas que envolvem a oncologia, cardiologia, urgência e emergência, entre outras. No entanto, reconhece-se que a morte inesperada ainda não recebe a devida atenção e há uma necessidade significativa de abordagem, visto que o luto decorrente desse tipo de morte pode ser mais complicado e prolongado se não houver uma

rede de apoio e acompanhamento psicológico adequado e especializado. Deseja-se que esse tema seja mais visível e abordado, para que os indivíduos nessas condições sejam acolhidos da melhor forma possível em um momento tão doloroso.

## REFERÊNCIAS

- 1 Campos ÉBV. Considerações sobre a morte e o luto na psicanálise. Rev Psicol UNESP. 2013;12(1):13-24. Disponível em: <http://hdl.handle.net/11449/135159> Acesso em 16 mai. 2024.
- 2 Sassi F. Possíveis contribuições do aconselhamento psicológico desenvolvido durante o ritual fúnebre aos enlutados. Rev Psic. 2014;39. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/TL0377.pdf> Acesso em 11 jun. 2024.
- 3 Afonso SBC, Minayo MCS. Uma releitura da obra de Elisabeth Kubler-Ross. Ciênc Saúde Coletiva. 2013;18(9):2729-32. Disponível em: [https://www.scielo.org/article/ssm/content/raw/?resource\\_ssm\\_path=/media/assets/csc/v18n9/v18n9a28.pdf](https://www.scielo.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/csc/v18n9/v18n9a28.pdf) Acesso em 15 mai. 2024.
- 4 Carnaúba RA, Pelizzari CCAS, Cunha SA. Luto em situações de morte inesperada. Rev Psique. 2016;1(2):43-51. Disponível em: <https://seer.uniacademia.edu.br/index.php/psq/article/view/945> Acesso em 15 mai. 2024.
- 5 Siqueira AC, Azevedo DF. Terapia do luto: intervenções clínicas na elaboração do processo de luto. Rev Farol. 2020;9(9):341-55. Disponível em: <https://revista.farol.edu.br/index.php/farol/article/view/154> Acesso em 17 abr. 2024.
- 6 Turato ER. Clarificando para o empreendimento da pesquisa clínico-qualitativa. In: Tratado da metodologia da pesquisa clínico-qualitativa: construção teórico-epistemológica, discussão comparada e aplicação nas áreas da saúde e humanas. 6ª ed. Petrópolis, RJ: Vozes; 2013. p. 245-303.
- 7 Bleger J. Temas de Psicologia: entrevista e grupos. 2a. ed. São Paulo: Martins Fontes; 1998.
- 8 Minayo MCS. Análise qualitativa: teoria, passos e fidedignidade. Ciênc Saúde Coletiva. 2012 Mar;17(3):621-6. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232012000300007> Acesso em 13 mai. 2024
- 9 Macedo RS. Etnopesquisa Crítica e Etnopesquisa-formação. Brasília: Líber Livro Editora; 2006.
- 10 Freud S. Escritos sobre a guerra e a morte. Corvilhã: LusoSofia; 2009.
- 11 Bowlby J. Apego: Volume 1. Da trilogia apego e perda. São Paulo: Martins Fontes; 1984.

- 
- 12 Almeida EJ, Garcia-Santos S, Haas EI. Padrões especiais de luto em mães que perderam filhos por morte súbita. Rev Psicol IMED. 2011;3(2):607-16. Disponível em: <https://seer.atitus.edu.br/index.php/revistapsico/article/view/148> 10 jun. 2024.
- 13 Delalibera M, Presa J, Coelho A, Barbosa A, Franco MHP. A dinâmica familiar no processo de luto: revisão sistemática da literatura. Ciênc Saúde Coletiva. 2015;20:1119-34. Doi: <https://doi.org/10.1590/1413-81232015204.09562014>
- 14 Santos GCBF. Intervenção do profissional de saúde mental em situações de perda e luto no Brasil. Rev M. Estud sobre a morte, os mortos e o morrer. 2017;2(3):116-37. doi: <https://doi.org/10.9789/2525-3050.2017.v2i3.116-137>
- 15 Crepaldi MA, Schmidt B, Noal DDS, Bolze SDA, Gabarra LM. Terminalidade, morte e luto na pandemia de COVID-19: demandas psicológicas emergentes e implicações práticas. Estud Psicol (Campinas). 2020;37. doi: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200090>
- 16 Nascimento NG, Rocha MA. Algumas contribuições da psicologia nas estratégias de enfrentamento da perda e morte. Braz J Dev. 2020;6(11):92156-70. doi: <https://doi.org/10.34117/bjdv6n11-573>
- 17 Kübler-Ross E. Sobre a Morte e o Morrer. São Paulo, SP: Martins Fontes; 2008.
- 18 Parkes CM. Luto: estudos sobre a perda na vida adulta. Vol. 56. São Paulo, SP: Summus Editorial; 1998.