

CUIDADO À FAMÍLIA ENLUTADA DIANTE DA PANDEMIA DO COVID 19: UMA ATUAÇÃO PSICOLÓGICA SEGUNDO A LOGOTERAPIA

CARE FOR THE BEREAVED FAMILY FACING THE COVID 19 PANDEMIC: A PSYCHOLOGICAL PERFORMANCE ACCORDING TO LOGOTHERAPY

Caroline de Fátima Lecondine Mendonça¹, Gabriele Fernanda dos Santos², Hortência Ribeiro Azambuja³, Isabela Lourenço Golghetto⁴, Marcos Tadeu Pires⁵, Bruna Maria Dantas Caravina⁶.

¹Aluna do Curso de Psicologia – UNIRP - pikenakarol@hitmail.com, ².Aluna do Curso de Psicologia – UNIRP - gabrielefernandass@hotmail.com, ³.Aluna do Curso de Psicologia – UNIRP - hortenciarz.hra@gmail.com, ⁴.Aluna do Curso de Psicologia – UNIRP - isagolghetto@hotmail.com, ⁵.Aluno do Curso de Psicologia – UNIRP - marcos_pires@msn.com, ⁶.Orientadora e Professora Universitária – UNIRP. bruna.caravina@gmail.com.

RESUMO

A morte é um fenômeno que ultrapassa o tempo e as civilizações. Apesar de ser um tema antigo, ainda hoje, continua provocando sentimentos e percepções em quem o experimenta de forma secundária, vivenciando a morte de algum familiar, amigo ou ente querido. Seja pelas intervenções ou pela postura profissional, o psicólogo tem um papel fundamental no processo de significados e resignificação da morte, pois a família enlutada está atravessada pela dor e muitas vezes não sabe dar nome a esse sofrimento, bem como precisa de ajuda profissional que lhes seja suporte para aprender a lidar com tal fenômeno. É para esse cenário que a pesquisa se volta e tem como objetivo: entender a atuação do profissional psicólogo no cuidado à família enlutada. Essa pesquisa se caracteriza como bibliográfica, de natureza qualitativa, e com objetivo exploratório, pois se requereu um aprofundamento sobre o tema. Foi percebido também que poucas são as contribuições no que diz respeito ao luto na perspectiva familiar, ou seja, o luto na família ainda é pouco explorado. O que geralmente se explora são os significados a nível particular no seio da família. Já existem muitos estudos sobre o tema, porém é necessário que o mesmo seja explorado no contexto de intervenções familiares, voltando-se não só para o cuidado particular de cada membro, mas no cuidado e atenção à família enquanto sistema de inter-relações profundas.

Palavras-chave: Morte. Luto. Famílias enlutadas. Psicologia. Logoterapia.

ABSTRACT

Death is a phenomenon that surpasses time and civilizations. Despite being an old theme, even today, it continues to provoke feelings and perceptions in those who experience it in a secondary way, experiencing the death of a family member, friend or loved one. Whether through interventions or professional attitude, the psychologist has a fundamental role in the process of meanings and resignification of death, as the bereaved family is crossed by pain and often does not know how to name this suffering, as well as the need of professional help to assist and also teach them on how to deal with such phenomenon. This is the scenario that the research turns and aims to: understand the role of the professional psychologist in caring for the bereaved family. This research stands out as bibliographical, qualitative in nature, and with an exploratory objective, as it required a deeper understanding of the subject. It was also noticed that they are contributions with regard to grief from the family perspective, that is, grief in the family is still little explored. What is usually explored are the meanings at a particular level within the family. There are already many studies on the subject, but it is necessary that it be explored in the context of family resources, focusing not only on the particular care of each member, but on the care and attention to the family as a system of deep relationships.

Keywords: Death. Mourning. Bereaved Families. Psychology. Logotherapy.

INTRODUÇÃO

A morte é um fenômeno que ultrapassa o tempo e as civilizações, abordar este assunto não é fácil e, apesar de ser um tema que acompanha a história da própria humanidade, ainda hoje mesmo sendo inevitável, continua envolto em tabus, provocando sentimentos e percepções em quem o experimenta.

Nesse sentido, o luto se apresenta como forma de vivenciar o pós-morte, que pode ser definido como um processo natural que ocorre em reação a um rompimento de vínculo (BOWLBY, 2004). O luto é vivido de forma particular, mas ao mesmo tempo, coletiva, pois se trata de uma dor comum entre os parentes de uma mesma família, por exemplo. E mesmo que o ser humano tenha certeza de sua finitude, a morte traz consigo dor e sofrimento.

Foi acentuada de maneira drástica essa dor do luto, por intermédio da pandemia que o mundo enfrenta, causada pela doença do Coronavírus 2019 que foi identificado primeiramente em 30 de dezembro de 2019 na província de Wuhan na

China, que até o presente momento (outubro/2021) ceifou a vida de 4,5 milhões de pessoas, sendo mais de 600 mil somente no Brasil.

Em decorrência de qualquer perda significativa, seja de uma pessoa ou até de um objeto estimado, desenrola-se um processo necessário e fundamental para que o vazio deixado, com o tempo, possa voltar a ser preenchido. Esse processo é denominado de luto e consiste numa adaptação à perda, envolvendo uma série de tarefas ou fases para que tal aconteça. (ALMEIDA, 2015).

Existem inúmeros motivos para minimizar o enfrentamento da morte. Isso pode estar ligado à concepção de que a morte e/ou o morrer é um acontecimento triste, tornando-se muitas vezes um ato solitário (KÜBLER-ROSS, 1996).

O luto pode ser caracterizado como um conjunto de reações diante de uma perda, desse modo torna-se algo que não pode ser desvalorizado ou mesmo evitado, pelo contrário, esse processo deve ser acompanhado por ser de grande importância na saúde emocional do indivíduo. O luto é, portanto, uma fase vital que todos estão sujeitos a experimentar (PARKES, 1998).

Dentro desse contexto, muitas são as perguntas que surgem e muitos saberes são questionados quanto à sua forma de lidar com tal fenômeno. A psicologia, sendo um deles, pode se colocar como um saber que colabora para a vivência desse sofrimento.

Assim, pode-se perguntar: Qual o cuidado adequado a ser dado à família enlutada, principalmente neste período pandêmico? Como se dá a atuação do profissional psicólogo neste cuidado? Quais os princípios da abordagem fenomenológica adequados para este auxílio? Acredita-se que o psicólogo na sua atuação profissional, possui a condução necessária, o manejo e os instrumentos adequados para o cuidado com as famílias que vivenciam o luto, a perda e a dor.

Seja pelas intervenções ou pela postura profissional, o psicólogo tem um papel fundamental no processo de significados e ressignificação da morte, pois a família enlutada está atravessada pela dor e muitas vezes não sabe dar nome a esse sofrimento, precisando de ajuda para vivenciar este fenômeno.

É nesse cenário que esta pesquisa se volta, procurando entender a atuação da psicologia frente ao luto, principalmente na circunstância atual onde reviver o processo de luto, se tornou cada vez mais comum. Para isso, explorou-se o conceito do luto,

como também suas etapas nas famílias enlutadas e algumas intervenções de psicologia iniciadas no período de pandemia. E, por fim, foram colocadas questões importantes sobre a atuação psicológica nesse contexto, considerando em especial a atuação fenomenológica, humanista, existencial como norte nesta atuação.

MÉTODOS

Essa pesquisa se caracteriza como bibliográfica, de natureza qualitativa, e com objetivo exploratório, pois se requereu um aprofundamento sobre o tema. Os dados foram levantados mediante uma revisão da literatura que foram pesquisados em base de dados da internet, propriamente nos sites científicos e de natureza segura como SciElo, PubMed, BVS-Psi.

O foco da pesquisa se deu na área da saúde, voltado para a morte e o luto, principalmente com relação às famílias enlutadas, e ainda, de forma restrita, à atuação do psicólogo nesse contexto, com esse público-alvo. As palavras-chave da pesquisa foram: morte, luto, famílias enlutadas, psicologia e fenomenologia.

Os critérios de inclusão se basearam nos artigos relevantes sobre os assuntos, e os de exclusão foram os artigos internacionais, que não exploraram o contexto de psicologia, mas de outros profissionais, e os que não especificaram o luto como fenômeno.

RESULTADOS

Por se tratar de uma revisão bibliográfica, com o objetivo de se buscar informações na área da saúde sobre morte, luto, famílias enlutadas e intervenções, descrevemos os resultados dentro das seguintes análises:

O Luto Como Processo Humano

Diante de uma perda, seja ela um ideal, um emprego, uma pessoa ou objeto, dentre todos os tipos, a morte pode ser considerada a mais difícil, pois ela leva à uma compreensão da irreversibilidade, ou seja, coloca o ser humano frente a sua própria

natureza e limitação, e, assim, provoca no enlutado uma dor quase insuportável (MOURA, 2006).

No cenário hodierno vivemos uma pandemia imposta pelo novo coronavírus, tendo como uma de suas consequências o adoecimento pulmonar grave, atingindo milhares de pessoas por todo mundo e, muito pouco se sabe sobre sua origem, sendo que os primeiros casos detectados tiveram ascendência na cidade de Wuhan, localizada na China no dia 31 de dezembro de 2019, desde então a contaminação começou a se alastrar de maneira rápida, sendo este surto, então definido como pandemia pela organização mundial da saúde (OMS).

Este novo coronavírus também denominado como “*síndrome respiratória aguda grave*”, pode ser vivenciado de maneiras diferentes por cada organismo, sendo possível desde um resfriado comum ou até mesmo falecimento do paciente infectado, o que tem causado uma comoção geral. É digno de nota que do nascer ao morrer um ciclo de experiências se desenrola, adaptando-se e criando culturas, assim, o apego do ser é intrínseco e cheio de significados, quando ele deixa de existir, provoca nos que ficam intensa dor e sofrimento, a intensificação das mortes pelo covid19 tem ressaltado esta situação.

Desde o começo de 2020 profissionais da área de saúde atuam prestando serviços médicos nos casos de coronavírus e, na intenção de conter o avanço da doença, foi estabelecido quarentena, alterando a vida das pessoas, de forma que atividades que eram consideradas simples, como: ir à academia, cortar o cabelo, trabalhar, entre outros quefazeres, precisaram ser alteradas e, as medidas restritivas para conter o avanço da epidemia, passou então a ser uma realidade imposta como urgente e necessária.

O combate do vírus nos hospitais brasileiros apresentou realidades distintas de acordo com cada região, no entanto todos apresentaram a mesma preocupação, ou seja, medo do aumento de número de casos, impulsionando estas instituições de saúde a se concentrarem na mobilização e no tratamento dos pacientes, visando cuidar dos problemas relacionados à Covid- 19. Além dos aspectos biológicos (doenças) os quais tornam os indivíduos mais vulneráveis a contrair o vírus, surgiu também o que foi chamado de “*Languishing*”, definido como o medo e a sensação de desamparo causados pelo novo coronavírus, ou seja, a sensação de estagnação e

vazio, uma emoção que parece ser a dominante em 2021 que aliado ao luto tem gerado consequências impactantes na esfera psíquica.

Ao longo de toda vida, os seres humanos estão sujeitos a diversas situações mutáveis em sua natureza, e toda mudança por sua vez, traz consigo uma perda e um ganho (PARKES, 1998). Quando à perda não podemos descrevê-la como sendo um simples evento cotidiano, pelo contrário, ela engloba um processo transitório que pode demorar algum tempo, com a compreensão da morte em suas implicações. Em resposta a qualquer perda, é necessário um período de luto, para que o sujeito enlutado consiga admitir e assimilar a nova realidade que se impõe, transformando assim sua experiência, internalizando o que é importante e seguindo sua vida (WALSH e MCGOLDRICK, 1998). Ainda sobre o luto, lemos:

Visto globalmente, o luto assemelha-se a uma ferida física mais do que qualquer doença. A perda pode ser referida como “um choque”. Assim como no caso do machucado físico, o “ferimento” aos poucos se cura. Ocasionalmente, porém, podem ocorrer complicações, a cura é mais lenta ou um outro ferimento se abre naquele que estava quase curado. Nesses casos, surgem as condições anormais, que podem ser ainda mais complicadas com o aparecimento de outros tipos de doenças. Muitas vezes, parece que o resultado será fatal. (PARKES, 1998, p. 22)

Agindo de certa forma na quietude, o luto não necessariamente causa algum dano físico ao enlutado, mas, por outro lado, modifica quase que em todos os casos as funções do indivíduo que o vivencia. Em certos casos percebe-se um luto tão forte que o enlutado pode ficar incapacitado por um grande período de tempo (WALSH e MCGOLDRICK, 1998).

O sentimento do luto causado por uma morte não pode ser classificado simplesmente como sendo um estresse. Se tratando dessa situação é muito difícil dizer exatamente o que se perdeu, haja vista que a perda principal traz consigo outras perdas relativas (PARKES, 1998).

Fases Do Luto

De acordo com Elisabeth Kubler-Ross, o processo de luto inicia-se com a perda e vai até a sua elaboração, nessas etapas a psiquiatra lista cinco estágios, que não apresentam sequência a ser vivenciada. *“Nosso luto é tão individual como nossas*

vidas” (KÜBLER-ROSS; KESSLER, 2005, p.07). O processo de luto sendo variável irá predispor da personalidade, idade e sexo do enlutado, sua estabilidade social e psicológica, a identidade e o papel da pessoa perdida na vida do enlutado, e como ocorreu essa perda, ou seja, a morte.

O primeiro estágio é a negação e o isolamento, neste período quando o sujeito recebe a notícia de que um ente querido faleceu, sua primeira reação, na maioria das vezes, é dizer “não”, ou ainda “isso não pode ser verdade”. Posteriormente, a medida em que o indivíduo se conscientiza da perda surge a raiva, o segundo estágio, onde por não conseguir mais negar o real, manifesta-se o sentimento de revolta e ressentimento, que se projeta no inconformismo. Esta fúria se não cuidada pode se tornar crônica, e conseqüentemente patológica. O terceiro estágio é denominado como barganha, quando se tem a esperança de uma intervenção sobrenatural ou divina que vai proporcionar a cura, desde que faça algo em troca. Sucessivamente a depressão situa-se no quarto estágio, onde sentimentos debilitantes junto com imensa tristeza, saudades e solidão acometem o enlutado. Essa fase no luto é marcada pelo contato direto com a realidade, aqueles que superam este estágio, prosperam a última etapa.

O último estágio do processo de luto, o quinto, é denominado como a aceitação, fase mais importante para o bem estar psíquico do paciente, ocasião que a saudades é vencida e uma sensação de sossego e paz domina o enlutado possibilitando condições para organizar sua vida. “Nós aprendemos a viver sem aquele que se foi. Nós começamos o processo de reintegração, tentando colocar de volta nossos pedaços que haviam sido arrancados” (KÜBLER-ROSS, 2008; KÜBLER-ROSS E KESSLER, 2005).

O enlutado não quer ser visto como se tivesse uma dor sem muita importância, que passa logo, e que vai se esquecer o que passou, mais sim, quer que sua dor seja reconhecida, lembrada e respeitada. Quando a morte do outro acontece nas nossas vidas, ela traz à tona questões sobre o abandono e envolve a nossa consciência, o que acaba salientando a ausência e a separação da pessoa perdida, o autor afirma ainda, que o medo até hoje acaba sendo a resposta mais comum diante de uma perda (KOVÁCS,1992).

Luto Patológico

Viver sem uma pessoa não é algo simples, tem sempre uma frase que explica uma morte, mas não há nada que possa ser dito que alivie a dor da perda. O luto normal é um processo pelo qual o indivíduo compreende e aceita a perda do ente querido, adaptando-se à condição de viver sem aquela pessoa. Evidentemente, esse tipo de luto permite que o enlutado fique triste, chore, sinta saudades. A questão não é não sentir a perda, mas como ela é sentida e administrada.

O processo de luto pode sofrer algumas complicações, sendo elas: a) Luto crônico, quando essas fases são prolongadas, o indivíduo geralmente apresenta disfunções no sono e a predominância de tensões; b) Luto inibido, se caracteriza por reações de luto estarem ausentes; e c) Luto adiado, presente a inibição de respostas imediatas, a dor da perda pode ser provocada através de manifestações as quais não deveriam eliciar (PARKES, 1998).

No cenário em que vivemos, os últimos meses foram marcados por diversas perdas, as quais boa parte não foram dignas do encerramento do ciclo, como por exemplo, a não preparação do corpo a ausência de cerimônias funerárias e até mesmo o cortejo para o sepultamento.

Para o luto ocorrer de forma saudável, se faz necessário encontrar em meio ao caos uma possibilidade que o ressignifique. O luto complicado caracteriza-se quando a pessoa experimenta uma desorganização prolongada que a impede de não retomar suas atividades com a qualidade anterior à perda, ocorrendo manifestações que podem estar presentes no processo do luto complicado, como por exemplo: expressão de sentimentos intensos que persistem mesmo muito tempo após a perda; somatizações frequentes; mudanças radicais no estilo de vida que tendem ao isolamento; episódios depressivos, baixa autoestima e impulso autodestrutivo (WORDEN, 2013).

De acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5) a principal diferença entre o processo de luto normal e um processo de luto complexo seria o tempo, um período de três meses a um ano é a média de duração do luto, mas pode chegar a até dois anos. Se a tristeza não diminui e o indivíduo não consegue retomar a vida, fica o tempo todo se sentindo culpado e infeliz, o problema se torna um luto patológico.

O DSM-5 optou por não criar um diagnóstico oficial para o luto complicado, apontando para a necessidade de estudos posteriores mais aprofundados para que se possa eleger os critérios que determinariam a existência de um luto patológico. Foi o que motivou a inserção de uma proposta diagnóstica intitulada Transtorno do Luto Complexo Persistente em uma seção denominada “Condições para estudos posteriores” (APA, 2014).

O Morrer Na Era Covid-19

A pandemia gerou uma modificação no processo normal de vida, tanto no aspecto das instituições de saúde como no cotidiano das pessoas, por exemplo, ocorreram muitas mudanças nos hospitais, no que diz respeito principalmente aos processos de internação, outra mudança significativa no cotidiano das pessoas se deu nos rituais de despedidas. Estas alterações se iniciam quando a gravidade da doença acomete o sujeito e o leva a internação hospitalar, a partir daí, a pessoa se torna vulnerável e fica isolado nas unidades intensivas, segue-se então uma luta pela sobrevivência, que a cada instante se torna mais intensa, restando aos familiares a expectativa de sua melhora, aguardando com esperança sua sobrevivência, sendo que em alguns casos se mostram em vão, restando, portanto, o luto e o lidar.

Os rituais fúnebres possuem grande relevância, dentro do contexto da perda, o luto deve ser elaborado, pois os enterros e os velórios seguem um padrão, um ritual, onde cada região tem o seu em particular, como por exemplo, rituais com celebração de missa de corpo presente, cortejo até o cemitério, homenagens com discursos de despedidas, são comuns na cultura brasileira para o encerramento do ciclo.

Esta mudança do cenário ritualístico, imposto por medidas preventivas, com o objetivo de conter aglomerações e evitar o contágio do vírus, impôs que o contato com o corpo do falecido seja proibido, por esta razão em locais que se permite uma curta cerimônia de despedida, restrita aos familiares, os caixões são lacrados e permanecem fechados, já em outros casos os corpos saem da UTIs direto para o sepultamento.

As despedidas de amigos do falecido ficaram comprometidas, inviabilizando a aceitação da perda e o processo de luto, restaram apenas mensagens de texto, ligações telefônicas de condolências, imperando uma onda de impotência e uma

sensação de vazio devastadora. Dessa maneira, vivenciar e respeitar todo o processo de luto se torna complicado.

Se já era difícil em nossa cultura a compreensão e o lidar com a morte, em razão do tabu de evitação, esta situação ficou agravada ao extremo durante a pandemia, onde os ritos de despedida foram suprimidos, impedindo os familiares de ter um último contato com seu ente querido (CARDOSO et al., 2020).

Lidar com a dor da perda nestas situações se torna quase insuportável, pois não existe nestes casos a aceitação da partida, tendo em vista não existir a despedida.

O luto na era covid-19, não diz respeito somente a um drama vivido pelas pessoas que perderam seus familiares pela doença, pois outras fatalidades não pararam de acontecer, como outras causas de mortes não deixaram de existir, e mesmo assim, todos foram submissos às modificações do encerramento do ciclo, inclusive com as alterações nos processos ritualísticos.

Referências A Pandemia

Com perplexidade o mundo se deu conta de que vivia uma pandemia, o vírus SARS-CoV-2 alterou drasticamente o modo de vida em toda terra habitada e, desnudou o ser humano, tornando evidente sua pequenez, ele se apercebeu que não é onipotente, como julgava ser.

Mesmo tomando medidas urgentes de prevenção, como isolamento social, controle sanitários e higiênicos mais rigorosos, entre outros, foram ceifados quase cinco milhões de vidas no planeta, sendo 600 mil somente no Brasil (OMS. <https://covid19.who.int/>, acessado em 14/Nov/2021). O medo se generalizou entre a humanidade como um todo, novos desafios, novas exigências, uma nova vida se iniciava, movimentos na área da saúde, psicologia, entre outros, se intensificaram, procurando meios mais eficazes de amenizar o impacto que a pandemia provocou. Entre estas medidas, destacamos, o uso de mascarar protetoras, o uso de álcool gel, a migração para o uso de redes sociais como trabalhos home-office, reuniões, atendimentos, etc. As incertezas e esgotamento físico acompanham estas inovações, aumentando significativamente as situações estressantes e conseqüentemente a ansiedade e a depressão se intensificaram.

Há de se postular que ocorre uma catástrofe em nosso século, impactando a família drasticamente, gerando um trauma em razão da nova exigência imposta pela

situação, exigência esta que provoca uma transformação no ser e que enraíza este trauma de forma subjetiva, alterando a existência, pois nenhum de nós sairá igual no findar desta era.

Impacto Do Isolamento Social

Juntamente com a pandemia do COVID-19, surge um estado de pânico social em nível global e a sensação do isolamento social desencadeia os sentimentos de medo, angústia e insegurança, que podem se estender até mesmo depois do controle do vírus.

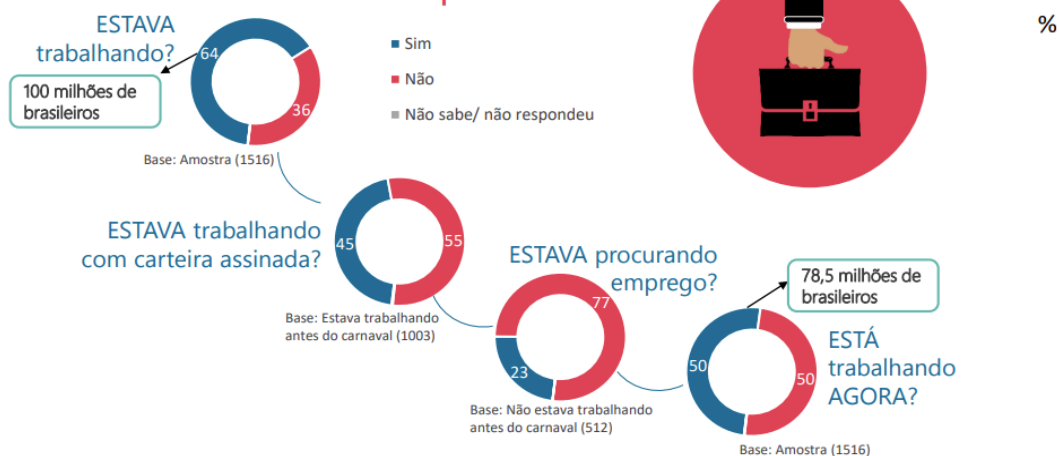
Neste contexto, a prática do isolamento social durante a pandemia resulta na exibição do sofrimento de uma grande parte da população, causados pelas preocupações intensificadas como os problemas com relação à economia e a exploração de notícias, bem como outras questões associadas à realidade de cada uma das pessoas que mantém relações no cotidiano. Fatores como estes podem acarretar a manifestação ou o agravamento de sintomas psicológicos como o estresse, a ansiedade e a depressão (ORNELL et al., 2020).


A quarentena e o bloqueio podem afetar particularmente pessoas com problemas de saúde mental preexistentes, como aquelas que apresentam sintomas de ansiedade e depressão e as que manifestam transtorno de estresse pós-traumático e insônia. Ao mesmo tempo, o distanciamento físico reduziu a disponibilidade de apoios que eram contumazes, como por exemplo o dos familiares, os sociais e os psiquiátricos (KOZLOFF et al, 2020).

Outra área que o impacto do isolamento social afetou drasticamente foi o mercado de trabalho, como podemos ver no gráfico abaixo:

TRABALHO:

Antes e durante a pandemia



unicef  H1) Você estava trabalhando antes do carnaval, ou seja, antes de 24 de fevereiro de 2020, quando foi confirmado o primeiro caso de Covid-19 no Brasil? (RU) / H1A) Você estava trabalhando com carteira assinada antes do carnaval, ou seja, antes de 24 de fevereiro de 2020? (RU) / H1B) Você estava procurando emprego antes do carnaval, ou seja, antes de 24 de fevereiro de 2020? (RU) / H2) Atualmente, você está trabalhando? (RU) IBOPE 11 inteligência

Famílias Enlutadas

Um dos pontos que mais influenciam o processo do luto é determinado pela proximidade, pela relação e pela natureza dos sentimentos que existiam entre o falecido e o enlutado, isso se evidencia na observação de uma família lutuosa (MOURA, 2006).

Inúmeros fatores definem o impacto de uma morte, sua natureza e a duração da resposta de uma família em relação a ela. Os membros do grupo familiar possivelmente vivenciarão um misto de sentimentos, que variam de acordo com o papel que o morto possuía na estrutura, na dinâmica e nos relacionamentos familiares, assim como na falta que o mesmo fará para cada membro (MOURA, 2006).

A adaptação à perda pela morte de um dos membros da família é considerada mais difícil do que qualquer outra situação que possa ser vivenciada, haja vista que existem várias conexões entre o familiar morto e os parentes sobreviventes.

Diversos desafios adaptativos que se apresentam após a morte, exigem do indivíduo enlutado uma reorganização imediata, e a longo prazo, que causa mudanças tanto na identidade quanto nos objetivos da família. Com o rompimento prematuro da vida, rompem-se também os sonhos e as expectativas, e por isso esse acontecimento pode se tornar o mais doloroso a ser vivenciado na família (MUZA et al., 2013).

Foi percebido também que poucas são as contribuições no que diz respeito ao luto na perspectiva familiar, ou seja, o luto na família ainda é pouco explorado. O que

geralmente se explora são os significados a nível particular no seio da família (RODRIGUES, 2016).

Quando se perde alguém amado, é bastante comum e esperado que o enlutado se reestruture e faça novos projetos para seu futuro, devido aos impactos que essa perda causou em sua vida. Porém, para que isso aconteça o enlutado possivelmente passará por um período de confusão e esvaziamento.

No sistema familiar, é comum perceber que alguns reagem buscando mudanças e outros paralisam, mas em ambas situações, existem dificuldades de readaptação, embora cada família possua seus próprios recursos para que tal adaptação aconteça (SILVA, 2005).

O Aspecto Fenomenológico Na Superação Do Luto

Em se tratando das abordagens fenomenológicas, humanistas, existenciais, destacamos a logoterapia, criado pelo psiquiatra Viktor Emil Frankl (1905-1997), que é considerada a terceira escola Vienense de psicologia, sendo a primeira a psicanálise de Freud, a segunda a psicologia individual de Alfred Adler.

Em termos de conceitos fundamentais, seu autor lista três principais, sendo: Liberdade de Vontade, Vontade de Sentido e Sentido de Vida. O termo “logos” é uma palavra grega que significa “sentido”, assim, a logoterapia concentra-se no sentido da existência humana, bem como na busca da pessoa por esse sentido (FRANKL, 2020)

Partindo do conceito do que ele denomina tríade trágica, ou seja, a dor a morte e a culpa, que ocasionam sofrimento ao ser humano e conseqüentemente um vazio existencial, ele menciona que *“entre as coisas que parecem tirar o sentido da vida humana estão não apenas o sofrimento, mas também a morte”* (FRANKL, 2020, P.144). E mesmo frente à morte, aos que ficam, os enlutados, podem encontrar consolo desde que encontre um sentido para sua perda. Sobre esta afirmação, o autor cita um exemplo:

“Certa vez um clínico geral de mais idade veio consultar-me por causa de uma depressão muito profunda. Ele não conseguia superar a perda de sua mulher, que falecera fazia dois anos e a qual ele amara acima de tudo. Bem, como poderia eu ajudá-lo? Que poderia lhe dizer? Abstive-me de lhe dizer qualquer coisa e, ao invés,

confrontei-o com a pergunta: "Que teria acontecido, doutor, se o senhor tivesse falecido primeiro e sua esposa tivesse que lhe sobreviver?" - "Ah," disse ele, "isso teria sido terrível para ela; ela teria sofrido muito!" Ao que retruquei: "Veja bem, doutor, ela foi poupada deste sofrimento e foi o senhor que a poupou dele; mas agora o senhor precisa pagar por isso sobrevivendo a ela e chorando a sua morte." Ele não disse uma palavra, apertou a minha mão e calmamente deixou meu consultório. Sofrimento de certo modo deixa de ser sofrimento no instante em que encontra um sentido, como o sentido de um sacrifício (FRANKL, 2020).

O luto enquanto fenômeno existencial é marcado pelo sofrimento e perda de sentido e, segundo a logoterapia, ele pode ser ressignificado e ser vivido de forma saudável. Este pesar que se configura como luto, faz parte da saúde emocional do indivíduo e não deve ser relegado a um segundo plano, não se pode anulá-lo. A dor e o sofrimento que o enlutado sente não pode ser desprezado, pelo contrário, os que estão vivendo esta situação, querem e precisam ser apoiados, querem não serem julgados, mas, acolhidos, porque a dor quando compartilhada pode ser trabalhada no sentido de conquistar novos significados. É respeitoso quando ouvimos o que o enlutado tem a dizer, isto evidencia um ato solidário, tanto para o enlutado como para seu ente querido.

A logoterapia traz como contribuição a convicção de que a vida mesmo diante da morte, ainda possui um sentido ou sentidos a realizar.

Atuação E Contribuição Da Psicologia No Contexto Da Pandemia Da Covid-19

O processo de morte e morrer é subjetivo, trata-se duma experiência que só pode ser vivenciada individualmente e de formas diferentes, que vai variar dependendo do contexto cultural, social e histórico e, dentro desta perspectiva, profissionais que atuam na área da psicologia se empenham em auxiliar as famílias enlutadas na compreensão da importância de enfrentar o luto como um momento diferenciado, (KÜBLER-ROSS, 2007).

Em se falando de avaliações, intervenções e estratégias, no contexto pandêmico, tem se exigido muitas mudanças nas práticas psicológicas, de maneira

que o psicólogo no contexto da saúde, e, principalmente hospitalar, é constantemente exigido pela relação do indivíduo com a dor e o sofrimento, bem como a relação com a terminalidade e a morte. Porém, a morte ainda é tema delicado no processo de formação destes profissionais (JUNQUEIRA e KOVÁCS, 2008).

Uma das possibilidades de atuação do psicólogo é a psicoterapia, cuja função pode favorecer a expressão dos sentimentos e emoções, colaborando para que, por meio da comunicação, haja, por exemplo a elaboração do peso da morte do familiar (KOVÁCS, 1992). A psicoterapia também pode influenciar no processo a longo prazo, evitando uma incidência maior na probabilidade de ansiedade e problemas psicopatológicos no futuro, decorrentes da má ou não elaboração adequada do luto (BROWN, 2001). Pode se dizer também que a psicoterapia é um grande recurso terapêutico facilitador de mudanças, pois possibilita além de alívio, uma consciência maior sobre o fato e prevê uma mudança para adaptação à nova situação (WORDEN, 1998), além disso, o psicólogo atua não somente com o paciente em si, mas é fundamental o trabalho também com a família, pois é comum emergirem outros assuntos que anteriormente não foram resolvidos (SCHMIDT; GABARRA; GONÇALVES, 2011).

Diante do cenário de isolamento social no Brasil, em março de 2020, foi publicada a Resolução CFP nº 4/2020, que permite a prestação de serviços psicológicos por meios de tecnologia da informação e da comunicação após realização do “Cadastro e-Psi”, embora não seja necessário aguardar a emissão de parecer para iniciar o trabalho remoto. A referida resolução suspende, durante o período de pandemia do novo coronavírus, os Art. 3º, 4º, 6º, 7º e 8º da Resolução CFP nº 11/2018. Portanto, passa a ser autorizada a prestação de serviços psicológicos por meios de tecnologia da informação e da comunicação a pessoas e grupos em situação de urgência, emergência e desastre, bem como de violação de direitos ou violência, buscando minimizar as implicações psicológicas diante da COVID-19 (CFP, 2020a)

As situações de perda se intensificaram em muito no período da pandemia, iniciando-se o processo de luto dentro do ambiente hospitalar, neste contexto, muito embora tenham na maioria dos hospitais uma equipe multidisciplinar de atendimento, o papel do psicólogo é de favorecer a inter-relação desta equipe com os familiares. Dentro deste trabalho, inclui facilitar a cooperação entre todos os envolvidos pela dor

da perda, seja os familiares que a vivenciam de perto, seja os profissionais que a observam (GONÇALVES, 2007).

Ter compreensão das fases do luto colocadas por Elizabeth Kubler-Ross ajuda sua identificação na vida dos enlutados, facilitando o entendimento da forma de vivência de cada um dos familiares. Essa identificação pode ajudar também, para que um membro da família ajude outro mais vulnerável. Por isso, compreender as repercussões da perda tanto para quem apoia como para quem está mais vulnerável, é de grande importância (RODRIGUES, 2016). Muito tem se feito no que diz respeito às intervenções e, muito se está aprendendo com a situação e há um contínuo construir conhecimentos de novos aspectos psicológicos dentro de um ambiente pandêmico (LINHARES & ENUMO, 2020, P.20). Uma forma de aliviar o enlutado é ajudá-lo a entender que as situações acontecem do jeito que precisam acontecer e, se faz importante construir uma esperança que proporcione acolhimento e amor.

Em 2004, o Ministério da Saúde reconhece a prática do acolhimento como estratégia de recepção no SUS (Sistema Único de Saúde), em busca de um atendimento mais humanizado ao usuário. Isso gerou, inclusive, uma publicação específica do Ministério da Saúde, *“Acolhimento nas práticas de produção de saúde”* (Ministério da Saúde, 2010), onde o acolhimento é compreendido como uma ferramenta de intervenção, uma *“tecnologia do encontro”*, onde a escuta e o vínculo constituem um processo de promoção de saúde nos serviços públicos.

Ainda sobre intervenções que possibilitam formação de opiniões e que atuam em auxílio dos familiares que perderam seus entes queridos vítimas da covid-19, foram constituídos grupos denominados GAL (Grupo de Acolhimento ao Luto) que tem sido de grande ajuda, como por exemplo o “Programa de Acolhimento ao Luto – PROALu”, formado por psicólogos da Universidade Federal de São Paulo – UNIFESP, que por meio de atendimento breves e pontuais por telefone ou por vídeo chamada, auxiliam na busca e identificação de recursos psíquicos, com o objetivo proporcionar acolhimento ao sofrimento dos enlutados, diante de sua dor, oferecendo um espaço de escuta de sua história de vida com o ente querido falecido

Ainda à guisa de exemplos, de espaços virtuais de escuta, acolhimento e atendimentos psicológico disponibilizados por universidades públicas e faculdades em todo o país, citamos: o APEM-Covid, um serviço dirigido a pacientes internados no

Hospital de Clínicas da Unicamp (HC-Unicamp) por COVID-19 e a seus familiares com o objetivo de oferecer-lhes uma escuta acolhedora, buscando identificar e, quando possível, minimizar o sofrimento psíquico relacionado ao processo de adoecimento e internação hospitalar no contexto da pandemia, ainda um outro, trata-se do Plantão Psicológico idealizado e desenvolvido por um grupo de psicólogas voluntárias no norte de Minas Gerais, de maneira voluntária e online, visando uma resposta ética às demandas sociais e emocionais de quem se encontra em situação de vulnerabilidade social sendo o acolhimento fundamentado nos conceitos de aconselhamento psicológico da abordagem centrada na pessoa (ACP) de Carl Rogers, que visa pelo plantonista a experiência do cliente e não o seu problema.

Outra ação de destaque é a realizada pela Universidade de Brasília que desenvolveu uma proposta de intervenção grupal, com vistas à elaboração de uma tecnologia social que pudesse representar um espaço recursivo para familiares que vivenciavam o luto de seus entes queridos e foi adotado pelo SUS como estratégia de intervenção e tem servido de inspiração para outras Universidades, demonstrando impacto, alcance e uma avaliação extremamente positiva por seus usuários.

CONCLUSÃO

Os achados nessa pesquisa demonstram que existem muitos artigos sobre o tema do luto, sejam eles discutidos pela psicologia ou por outra área da saúde. Da mesma forma, a literatura é vasta quando se refere ao tema da morte.

Nesse sentido, os autores concordam quanto à vivência do luto como expressão de sofrimento e dor que são próprias de cada sujeito. Da mesma forma, o contexto de atuação do psicólogo, frente ao fenômeno da morte, aparece preponderantemente na área hospitalar, onde há uma grande relação entre o sofrimento, a terminalidade e o luto.

Existe também uma concordância sobre o processo de luto ser indispensável para as pessoas que ficam, e que é de grande importância a identificação das fases de reação alistadas pela autora Kubler-Ross, frente ao fenômeno da morte.

Muito embora ainda são modestas as contribuições no que diz respeito ao luto na perspectiva familiar, tem se visto uma larga expansão de contribuições que visam

mudar este cenário. Iniciativas em processos de intervenções, tanto a nível governamental como privado, como por exemplo, a cartilha “*Acolhimento nas práticas de produção de saúde*”, elaborada pelo Ministério da Saúde para o uso do SUS (2010) e as intervenções dos grupos de apoio ao luto (GAL), bem como, espaços virtuais de escuta, acolhimento e atendimentos psicológico disponibilizados por universidades públicas e faculdades em todo o país, tem proporcionado escutas acolhedoras e minimizado sofrimentos.

Destaca-se também as contribuições da logoterapia para o enfrentamento do luto diante o cenário atual, visto que mortes se tornaram comuns e rotineiras nesses últimos tempos. Para isso, consideramos importante abordar a temática das fases do luto e suas repercussões, proposto por Elizabeth Kubler-Ross, assim como a necessidade em encerramento de ciclos, tendo em vista as especificidades do luto sobre o sentido da vida.

Ainda sobre a Logoterapia, cuja preocupação é com o restabelecimento de um sentido de vida, algo único e característico de cada pessoa, sua contribuição consiste em remover dos enlutados o vazio existencial provocado pela perda de seu ente querido e, isto com certeza contribuiu para que os objetivos desta revisão bibliográfica fossem atingidos, visto que esta perspectiva aborda a importância do ressignificar, sendo preciso descobrir uma razão para o sofrimento que nos atinge. Compreende-se que por meio da realização da última despedida, é possível encontrar o sentido da vida diante esta situação.

Diante do atual contexto, onde inúmeras famílias são impedidas de velarem os corpos de seus entes queridos, percebemos que diferentes equipes multidisciplinares e indivíduos imbuídos com solidariedade, estão revendo conceitos e estão buscando formas e métodos para auxiliar o encerramento de tais ciclos. Já se pode notar que predomina uma comoção da sociedade no sentido de externar tristeza e compartilhar dor, por meio de projetos como o do idealizador Edson Pavoni, denominado: “*Memorial Inumeráveis*” (PAVONI, 2020), cuja proposta por meio virtual na internet, conta a história de cada uma das vítimas do covid19 no Brasil. Esta é uma importante ferramenta que dá voz a partir dos relatos de familiares e amigos do ente querido e ajuda a lembrar que cada uma das pessoas que vieram a óbito pela covid19 é mais

que um número, é uma vida que nunca será esquecida, este memorial transforma em palavras o que os números nunca serão capazes.

Ao aceitar a ausência do sujeito, passamos a rever nossos valores, assim como nossa própria vida, buscando algo que traga sentido novamente para a existência. Este sentido pode contribuir na vivência do luto conforme a pessoa se apropria, com responsabilidade, da sua existência e usufrui da sua liberdade frente a situação com qual se depara e com isso, decide qual atitude irá adotar na direção de encontrar um significado para o que está vivenciando

A adesão nesta demanda dos grupos de apoio, como o PROALu, com certeza facilita na busca de se rever valores e se encontrar um sentido para a vida, o que possibilita a ressignificação do luto.

Cabe citar que a principal limitação desta pesquisa se refere a pouca existência de estudos sobre as intervenções familiares, pensando também nos processos de luto coletivo, voltando-se não só para o cuidado particular de cada membro, mas no cuidado e atenção à família enquanto sistema de interrelações profundas. Desta forma, infere-se que é importante que estudos como esse continuem a ser realizados, tendo em vista a relevância do tema.

Por fim, entende-se que a atuação psicológica segundo a fenomenologia, especificamente a logoterapia, permite ao psicólogo auxiliar o enlutado a estar consciente que existe um sentido de vida, mesmo frente a dor da perda. Este processo, permitirá que o enlutado possa ampliar suas perspectivas e por meio de atitudes responsáveis conseguirá ressignificar seu luto e continuar vivendo apesar da perda.

Assim, o trabalho não pretende encerrar e responder os dilemas que estão imbricados no assunto, mas oportuniza o alargamento das reflexões.

Não esgotando as possibilidades, espera-se que este ensaio colabore para que mais pesquisas sejam feitas e outras estratégias consigam ser levantadas.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, I. A. L.; **Luto patológico, ansiedade perante a morte e variáveis sociodemográficas, sua relação com a sintomatologia depressiva em adultos**

mais velhos. 2015. 48 f. Dissertação (Mestrado) - Universidade de Lisboa, Lisboa, 2018. Disponível em:

<http://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/23048/1/ulfpie047631_tm.pdf>. Acesso em 23 de junho de 2021.

BOCK, A. M. **Psicologias: uma introdução ao estudo de Psicologia.** 14^a Edição – São Paulo: Saraiva, 2008.

BOWLBY, J. **Apego e perda: tristeza e depressão.** 3. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2004.

BOWEN, M.; **A Reação da Família à Morte.** In: WALSH, From a; MC GOLDRICK, Mônica. **Morte na Família: Sobrevivendo às Perdas.** Porto Alegre : Artes Médicas, 1998.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Acolhimento nas praticas de saúde.** 2^o edição. Brasília. 2010. Disponível em:

https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/acolhimento_praticas_producao_saude.pdf. Acesso 23/10/2021.

BRASIL, Conselho Federal de Psicologia (CFP), **Resolução nº11 de 11 de maio de 2018.** Regulamenta a prestação de serviços psicológicos realizados por meios de tecnologias da informação e da comunicação e revoga a Resolução CFP N.º 11/2012. Disponível em: <https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2018/05/RESOLU%C3%87%C3%83O-N%C2%BA-11-DE-11-DE-MAIO-DE-2018.pdf> acesso em 23/10/2021.

BRASIL, Conselho Federal de Psicologia (CFP), **Resolução nº4 de 26 de março de 2020.** Dispõe sobre regulamentação de serviços psicológicos prestados por meio de Tecnologia da Informação e da Comunicação durante a pandemia do COVID-19. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/resolucao-n-4-de-26-de-marco-de-2020-250189333> acesso em 23/10/2021.

BROWN, F. H. **O impacto da morte e da doença grave sobre o ciclo de vida familiar.** In B. Carter & M. McGoldrick (Orgs.), **As mudanças no ciclo de vida familiar: Uma estrutura para terapia familiar** (pp. 393- 414). Porto Alegre: Artmed. 2001.

CASELLATO, G. **Luta pela Perda de um Filho: a Repercussão Possível diante do Tipo de Perda. Uma jornada sobre o luto: a morte e o luto sob diferentes olhares,** 2003.

CASELLATO, G. (org.). **Luto por perdas não legitimadas na atualidade.** São Paulo: Summus, 2020.

BARCELLOS, Ana Ângela Catharina Gontijo; FERREIRA, Luiza Lopes, SANTOS, Marcela Luíza Lopes; ROTA JUNIOR, César. **Plantão Psicológico Online em Tempos de Pandemia: Um relato de Experiência.** Revista Unimontes Científica, [S. l.], v. 22, n. 2, p. 1–15, 2020. DOI: 10.46551/ruc.v22n2a10. Disponível em: <https://www.periodicos.unimontes.br/index.php/unicientifica/article/view/3394>. Acesso em: 10 nov. 2021.

CARDOSO, E. A. O. et al. **Efeitos da supressão de rituais fúnebres durante a pandemia de COVID-19 em familiares enlutados.** Revista Latino-Americana de Enfermagem, n. 28, e3361, 2020.

DANTAS, Clarissa de Rosalmeida, et. tal; **O Luto nos tempos da Covid-19: desafios do cuidado durante a pandemia.** Ver. Latinoam psicopatol. Jul-Set. 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1415-4714.2020v23n3p509.5>
Acesso em: 10/11/2021.

DE SOUSA CARVALHO, Leilanir et al. O impacto do isolamento social na vida das pessoas no período da pandemia da COVID-19. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 7, p. e998975273-e998975273, 2020.

ENUMO, S.R. F., & LINHARES, M. B. M. (2020). **Contribuições da Psicologia no contexto da Pandemia da COVI-19**: seção temática. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37, e200110. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037200110e>

FRANKL, Viktor E., **Em Busca de Sentido: um psicólogo no campo de concentração**. 49ª Edição. São Leopoldo: Sinodal; Petrópolis: Vozes, 2020.

FREITAS, J. L; MICHEL, L. H. F. **A maior dor do mundo: o luto materno em uma perspectiva fenomenológica**. *Psicologia em estudo, Maringá*, v.19, n.2, p. 273-283, 2014. Disponível em:
<<https://www.scielo.br/j/pe/a/kVYCVNL5nFcJmXDkw6rrcqj/?lang=pt&format=pdf>>.
Acesso em 23 de junho de 2021.

GONÇALVES, J. R. et al. **O profissional de saúde em enfermaria de crianças gravemente enfermas e as implicações do cotidiano do trabalho na sua saúde**. 2007. Disponível em:
<<https://repositorio.ufsc.br/bitstream/handle/123456789/90570/244424.pdf?sequence=1&isAllowed=y>>. Acesso em 2 de junho de 2021.

HAGMAN, G. (1996). Mourning: a review and a reconsideration. *Journal of Psycho-Anal*, 76; pp: 909-925.

JUNQUEIRA, M. H. R.; KOVÁCS, M. J. **Alunos de psicologia e a educação para a morte**. *Psicologia: ciência e profissão*, v. 28, n. 3, p. 506-519, 2008. Disponível em:<<https://www.scielo.br/j/pcp/a/djgGPxfXmY3YdgCB4M446gg/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em 23 de junho de 2021.

KOVÁCS, M. J. **Morte e desenvolvimento humano**. Casa do Psicólogo, 1992.

KOZLOFF, Nicole et al. A pandemia global COVID-19: implicações para pessoas com esquizofrenia e transtornos relacionados. **Boletim da Esquizofrenia**, 2020.

KÜBLER-ROSS, E. **Sobre a morte e o morrer**. São Paulo: Martins Fontes, 1996.

MOURA, C. **Uma avaliação da vivência do luto conforme o modo de morte**. 2006 (Dissertação de Mestrado). Instituto de Psicologia, Universidade de Brasília, Brasília/DF. 2018.

MUZA, J. C.; SOUSA, E. N.; ARRAIS, A. R.; IACONELLI, V. **Quando a morte visita a maternidade: atenção psicológica durante a perda perinatal**. *Psicologia: Teoria e Prática*, vol. 15, n. 3, p. 34-48. 2013. Disponível em:
<<https://www.redalyc.org/pdf/1938/193829739003.pdf>>. Acesso em 23 de junho de 2021.

ORNELL, FELIPE et al. Pandemia de medo e COVID-19: impacto na saúde mental e possíveis estratégias. **Revista debates in psychiatry**, v. 2020, 2020.

PARKES, C. M. **Luto estudos sobre a perda na vida adulta**. Summus editorial, 1998.

PAVONI, Edson. **Memorial Virtual Inumeráveis**. 2020. Disponível em:
<https://inumeraveis.com.br/> Acesso em 23/10/2021.

RODRIGUES, V. M. A. **Uma revisão da literatura acerca do processo de elaboração do luto no sistema familiar e os manejos usados por psicólogos nesse contexto**. *Psicologia. pt o portal dos psicólogos*, v. 5, 2016. Disponível em:
<<https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0996.pdf>>. Acesso em 23 de junho de 2021.

SCHMIDT, B.; GABARRA, L. M.; GONÇALVES, J. R. **Intervenção psicológica em terminalidade e morte: relato de experiência.** Paidéia (Ribeirão Preto), v. 21, n.50, p. 423-430, 2011. Disponível em:

<<https://www.scielo.br/j/paideia/a/dbsQVPZGrztvjkkNhj4ScDh/?lang=pt&format=pdf>>.

Acesso em 23 de junho de 2021.

SILVA, D. R. **Impacto do luto na criança: uma questão para a terapia familiar sistêmica.** In: MAZORRA, L.; TINOCO, V. (Org.). **Luto na infância: intervenções psicológicas em diferentes contextos.** Campinas: Livro Pleno, 2005.

SILVA, Isabela Machado; LORDELLO, Sílvia Renata; POLEJACK, Larissa. **Luto na Pandemia como Intervenção Psicossocial: Uma Proposta Pioneira da UnB.** Departamento de Psicologia Clínica–PCL. Programa de Pós-Graduação em Psicologia Clínica e Cultura – PPGPsiCC.

WALSH, F.; MCGOLDRICK, M. **Morte na família: sobrevivendo às perdas.** Artmed, 1998.

WORDEN, J. W. **Terapia do luto: um manual para o profissional de saúde mental.** Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.