



CENTRO UNIVERSITÁRIO VALE DO SALGADO (UNIVS)
BACHARELADO EM PSICOLOGIA

ANTONIA ALINE ANANIAS DA SILVA

O MODELO DUAL DO LUTO COM FAMÍLIAS ENLUTADAS: uma revisão integrativa

ICÓ-CEARÁ

2024

ANTONIA ALINE ANANIAS DA SILVA

O MODELO DUAL DO LUTO COM FAMÍLIAS ENLUTADAS: uma revisão integrativa

Projeto Apresentado ao curso de Bacharelado em Psicologia, pelo Centro Universitário Vale do Salgado UNIVS, como requisito para obtenção de qualificação e de aprovação na disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso, TCC II sob orientação do Prof. Me. Lielton Maia Silva

ICÓ-CEARÁ

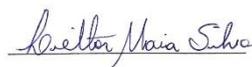
2024

ANTONIA ALINE ANANIAS DA SILVA

O MODELO DUAL DO LUTO COM FAMÍLIAS ENLUTADAS: uma revisão integrativa

Projeto de Pesquisa aprovado em 26/11/2024, como requisito para a aprovação na disciplina de TCC II, do Curso de Bacharelado em Psicologia do Centro Universitário Vale do Salgado.

BANCA EXAMINADORA:



Prof. Me. Lielton Maia Silva

Orientador(a)



Prof. Esp. Maria Conceição Lucas Soares

Avaliador(a)



Prof. Ma. Meury Gardênia Lima de Araújo

Avaliador(a)

Icó – CE

2024

O MODELO DUAL DO LUTO COM FAMÍLIAS ENLUTADAS: uma revisão integrativa

Antonia Aline Ananias da Silva¹

RESUMO

O estudo explorou o Luto sob a ótica do Modelo Dual de Stroebe e Schut, buscando como essa abordagem compreende o enfrentamento da perda e a adaptação à ausência do ente querido. O objetivo foi entender as reações emocionais e a forma como cada enlutado vivencia o processo de luto diante de diferentes tipos de perda, justificando-se pela relevância de ampliar o entendimento sobre a complexidade do luto na Psicologia. A pesquisa foi conduzida por meio de uma revisão integrativa de literatura, que analisou publicações dos últimos cinco anos em bases de dados como Scielo e Periódico CAPES. A análise de conteúdo de Bardin foi utilizada para organizar os achados, evidenciando que o luto envolve alternância entre o sofrimento pela perda e a reorganização da vida, com oscilações entre momentos de dor e de reconstrução. Os resultados mostraram que o Modelo Dual do Luto é eficaz em capturar a dinâmica emocional de quem vivencia o luto, oferecendo suporte para intervenções que respeitem o ritmo e a singularidade de cada enlutado. A pesquisa concluiu que o luto é um processo individualizado, onde a expressão da dor e o retorno gradual às atividades diárias são fundamentais para uma adaptação saudável.

Palavras-chave: luto, famílias enlutadas, Modelo Dual do Luto, adaptação, perda.

ABSTRACT

The study explored grief through the lens of the Dual Process Model of Grief, examining how this approach interprets coping with loss and adapting to the absence of a loved one. The objective was to understand the emotional responses and individual experiences of the bereaved facing different types of loss, with the justification rooted in the relevance of deepening the understanding of grief's complexity within Psychology. This research was conducted through an integrative literature review, analyzing publications from the past five years in databases such as Scielo and Periódico CAPES. Bardin's content analysis method was employed to organize findings, highlighting that grief involves an alternation between loss-oriented suffering and life reorganization, with oscillations between moments of sorrow and reconstruction. Results indicated that the Dual Process Model effectively captures the emotional dynamics of those experiencing grief, providing support for interventions that respect each bereaved person's unique pace and experience. The study concluded that grief is an individualized process where the expression of sorrow and a gradual return to daily activities are essential for healthy adaptation.

Keywords: grief, Dual Process Model of Grief, bereaved, adaptation, loss.

“Ando por aí querendo te encontrar, em cada esquina paro, em cada olhar...”. ‘Palavras ao vento’, de Cássia Eller, define bem o sentimento pelo qual passamos ao perdermos alguém que amamos. A esperança de encontrá-los é um dos pilares para que consigamos seguir em frente. Este trabalho é dedicado a todos que, como eu, atravessam o difícil caminho da perda. Em memória de Miguelina e Mateus - dois anjos que, em vida, fortaleceram a minha existência e, agora, na eternidade, iluminam-me.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, gostaria de agradecer a Deus, que foi meu guia durante toda esta jornada, concedendo-me discernimento e capacitação para que eu pudesse chegar ao fim deste trabalho e ao término da minha trajetória como acadêmica de Psicologia. Toda honra e glória ao Senhor.

Agradeço aos meus pais, Luiza e Antonio, por quem sinto gratidão imensa e amor incondicional, obrigada por todo apoio em cada passo da minha caminhada, nunca me pressionaram pra não falhar, muito pelo contrário, foram uma fonte de força, um lembrete constante de que, com amor e apoio, tudo é possível. Mãe, suas orações me protegeram até aqui, Pai, sua calma e a certeza de que com fé tudo dá certo me ajudaram a nunca desistir dos meus sonhos. Hoje, com toda convicção, afirmo que dar orgulho a vocês é uma questão de honra.

À minha irmã Estefanny, que sempre me deu força e acreditou em mim, e que nunca deixou que eu descreditasse do meu potencial. Também agradeço aos meus irmãos Vitor, Isabelly e Erika, que estiveram ao meu lado durante todo esse processo. Obrigado, Deus, por me presentear com uma rede de apoio extraordinária.

Quero agradecer as minhas amigas Fernanda, Yasmim e Rebeca por todo companheirismo e por trazerem leveza durante toda a fase da Graduação, quero também agradecer ao meu amigo Naldo Carlos, que mesmo de longe vibrou cada conquista alcançada, seu apoio foi e é essencial em minha vida.

Por último, gostaria de agradecer ao meu orientador, Prof. Me Lielton Maia Silva, por sua orientação e seu apoio, que foram essenciais para que a realização deste trabalho se concretizasse conforme o que sempre idealizei. Também expressei minha gratidão a todos os professores que, com seu conhecimento e sua dedicação, contribuíram para a minha formação, seus ensinamentos ficarão gravados em minha memória e em meu coração.

1 INTRODUÇÃO

A morte é um fenômeno que traz consigo uma série de reações físicas, emocionais e psicológicas. A forma como a morte se manifesta desempenha um papel crucial na maneira como o luto é enfrentado, influenciando diretamente a experiência do processo de dor. Fatores como o laço afetivo entre o enlutado e o falecido, bem como o tipo e a causa da morte, são determinantes na maneira como a perda será processada e elaborada (Hamoui, 2022).

O luto é um processo complexo, afetivo e cognitivo de reação a uma perda significativa. No que se trata da perda pela morte, o enlutado se depara com uma nova realidade e um constante processo de adaptação. Essa experiência humana pode ser considerada como uma das maiores crises enfrentadas, pois confronta os indivíduos com uma situação para a qual nunca estão totalmente preparados: a chegada do fim. Diante dessa nova realidade, é comum sentir-se perdido e sem saber como agir (Medeiros et al., 2019)

Ao longo do tempo, as concepções sobre a morte sofreram grandes mudanças. Na idade Média, ela era vivenciada de forma natural pelos familiares, os rituais e as despedidas eram preparados pelos próprios moribundos. Nesse período, a chegada da morte costumava ocorrer em suas próprias casas. Progressivamente, a morte passa a ser encarada com inconformismo, e se tornou um assunto que deve ser evitado. Atualmente, essa questão é considerada tabu na sociedade, uma vez que a expressão do luto é frequentemente ignorada e evitada (Santos; Pintarelli, 2019).

Na obra *"Sobre A Morte e o Morrer"*, de Elisabeth Kubler-Ross, a autora apresenta a experiência do luto em cinco fases: negação, raiva, barganha, depressão e aceitação. Com os avanços na área da ciência, novas formas de compreensão do luto surgiram. O Modelo do Processo Dual do Luto, proposto por Stroebe e Schut, descreve o dinamismo desse processo enquanto forma de enfrentamento em duas dimensões: a primeira, centrada na perda, refere-se à vivência do luto propriamente dita, enquanto a segunda, voltada para a restauração, foca na reorganização da vida após a perda. Nesse sentido, a oscilação entre esses processos representa um aspecto central na vivência do luto, permitindo a progressão e a integração emocional ao longo do tempo (Luna, 2020).

O interesse por esse estudo partiu da curiosidade em compreender como o processo do luto é vivenciado, reconhecendo que ele é único, complexo e não linear, a exploração do tema à luz da teoria de Stroebe e Schut proporcionará uma ampliação para o entendimento sobre o assunto, além de contribuir para o desenvolvimento de novos estudos para o meio científico na área da Psicologia, isso se deve ao fato de que o estudo apresentará conteúdos que servirão de suporte para possíveis aprofundamentos e para a compreensão da temática. Ao abordar assuntos que envolvem o sofrimento humano, com toda sua complexidade e sua particularidade, é necessário um conhecimento especializado, pois a falta de um suporte profissional adequado pode potencializar o sofrimento.

Partindo da problemática: 'Como o Modelo Dual do Luto explica a vivência do processo de luto em famílias enlutadas diante de diferentes tipos de perda? este trabalho tem como objetivo central compreender os aspectos emocionais do enlutado à luz do Modelo do processo dual do luto.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 O PROCESSO DE LUTO

O luto é um processo complexo, afetivo e cognitivo de reação a uma perda significativa. Apesar de ser uma experiência universal, as vivências do luto são únicas, não existindo um padrão de reações a uma perda e sua intensidade varia significativamente de indivíduo para indivíduo (Acioli; Bergamo, 2019).

Os seres humanos são seres relacionais; inevitavelmente nos vinculamos com coisas, pessoas, animais, papéis. Quando há um rompimento de vínculo, é comum existir um sentimento de perda. Após a morte de um ente querido, ocorre uma quebra do vínculo, e o enlutado se depara com uma nova realidade e um constante processo de adaptação à ausência ocasionada pela perda (Hamoui, 2022).

A tristeza é o sentimento mais comum presente no processo de luto; no entanto, não é o único vivenciado. Após uma perda, diversas dimensões na vida do enlutado são impactadas, como a dimensão emocional, física, social, cognitiva e espiritual. Essa complexidade pode desencadear uma variedade de reações, uma vez que cada processo de luto é único. (Ribeiro et al., 2022).

Além disso, outros fatores, como o laço afetivo entre o enlutado e o falecido, o estágio de vida em que a pessoa se encontra, bem como o tipo e a causa da morte, desempenham um papel crucial na forma como o luto é enfrentado. Compreende-se, então, esse processo como multifatorial e multidimensional (Hamoui, 2022).

2.2 DIMENSÕES E REAÇÕES DO LUTO

A expressão dos sentimentos é crucial para o desenvolvimento do processo de luto. Durante esse período, as emoções podem ser intensas, incluindo sentimentos de raiva à medida que o enlutado passa a perceber a realidade da perda. Inicialmente, pode haver uma sensação de irrealidade, como se tudo fosse um pesadelo. No entanto, à medida que a perda é reconhecida como definitiva, a tristeza pode se tornar um dos sentimentos mais evidentes (Kovács, 1992)

O processo de luto pode envolver sentimentos de desesperança, culpa e solidão. Sentimentos como a dor, medo e a saudade também são comuns, todos vivenciados de forma singular, variando em frequência e intensidade para cada pessoa (Ribeiro et al., 2022). Uma vez que na sociedade, a morte é vista como um tabu, a evitação e a ignorância dos sinais de luto expressados pela pessoa enlutada a priva da oportunidade de expressar e compartilhar suas emoções e experiências, dificultando e retardando o processo de elaboração do luto. (Frizzo et al., 2017)

O sofrimento ocasionado pela perda pode resultar em uma falta de motivação e energia para realizar tarefas básicas do dia a dia, como assistir televisão ou fazer uma refeição, muitas vezes devido às lembranças das atividades compartilhadas com a pessoa falecida (Acioli; Bergamo,

2019). Além de, dificuldades para dormir, falta de concentração, isolamento social, sonhos, evitação de lembranças, busca constante pela presença da pessoa que partiu, agitação, choro, visitas a locais significativos e apego a objetos que lembram o ente querido. (Lopes et al., 2021)

O luto afeta significativamente a vida ocupacional da pessoa enlutada. É comum que a vontade de participar de atividades que eram feitas com ou para a pessoa que faleceu diminua. Essas atividades do dia a dia, que antes eram uma forma de se conectar emocionalmente e tinham significados especiais, podem perder seu sentido na ausência do ente querido, levando a um sentimento de vazio na vida da pessoa enlutada (Sacilotti; Bombarda, 2022). No processo do luto, mente e corpo estão totalmente conectados, afirmando que algumas funções cerebrais são afetadas, manifesta-se em sintomas físicos como insônia, exaustão, fadiga muscular, taquicardia e dispneia, além de mudanças nos processos cognitivos como a diminuição da memória, confusão e falta de atenção. (Devine,2021)

As metáforas usadas para descrever o luto ajudam a ilustrar a intensidade das emoções envolvidas nesse processo. A expressão "coração apertado", sugere que a dor é tão intensa que parece que o coração pode se romper. Além disso, a surpresa e desorientação que acompanham a perda são comparadas a um choque elétrico, refletindo a dificuldade de compreender ou aceitar a experiência. A sensação de afogamento é também usada para descrever a dificuldade de entender e aceitar a morte, onde o indivíduo se sente sufocado e sem ar. Essas metáforas proporcionam uma compreensão mais profunda das emoções experimentadas durante o luto, revelando a complexidade das reações associadas à perda (Barros; Oliveira, 2023).

A morte, que antes era vista como um processo natural, passou a ser temida, e o luto é então considerado um motivo de fraqueza, fazendo com que a expressão da dor não possa ser demonstrada. Com isso, outra dimensão impactada durante esse processo é a social; após a perda, é comum o isolamento da pessoa enlutada, sendo que o apoio familiar e social muitas vezes é evitado (Ribeiro *et al.*, 2022).

Devido à visão social de que o luto é algo que precisa ser superado, o enlutado muitas vezes se depara com julgamentos e sentimentos de repreensão em relação as suas emoções, sendo constantemente imposto a necessidade de seguir em frente e superar a perda, o que pode levar a pessoa a se distanciar. Com isso, é compreensível que durante esse processo, alguns laços possam se desfazer, enquanto novos laços podem se formar (Devine,2021).

A dimensão espiritual no processo de luto pode proporcionar conforto emocional e bem-estar psicológico no momento de pesar (Parente, 2017). No entanto, ao vivenciar uma adversidade, é comum que o ser humano recorra à oração em busca de esperança e conforto. Em casos de resultados positivos, é comum o sentimento de gratidão. No entanto, quando os desejos e orações não são atendidos, como em casos de morte, surge o questionamento sobre o por que essas orações não foram atendidas, podendo abalar a fé do indivíduo (Devine,2021). Embora a dimensão espiritual e religiosa possa ser fonte de conforto durante o processo de luto, também pode ser impactada negativamente (Araújo, 2019).

2.3 LUTO E FAMÍLIA: EXPLORANDO INFLUÊNCIAS E DINÂMICAS

Após uma perda, o vínculo que antes existia entre o enlutado e o falecido é rompido. O luto, sendo um processo complexo e singular, varia de pessoa para pessoa, tanto em intensidade quanto em duração. Portanto, não existe um tempo determinado e uma única forma de vivenciar essa experiência (Medeiros et al., 2019). No entanto, há fatores que influenciam a forma como o processo de luto é vivenciado por cada indivíduo, tornando esse processo mais ou menos doloroso. Entre esses fatores estão os tipos e circunstâncias da morte, bem como o vínculo existente entre os envolvidos (Ribeiro et al., 2022).

No livro, "Luto: estudos sobre perda na vida adulta" de Parkes (1998), são destacados diferentes tipos de mortes, incluindo mortes repentinas e inesperadas ou violentas como acidentes automobilísticos e aquelas que envolvem ação humana como homicídio e suicídio, além das mortes naturais. O autor ainda destaca que em comparação com as mortes naturais, os outros tipos de morte podem ser agravantes para o enlutado, já que não são esperadas e muitas vezes são traumáticas.

Em casos de mortes repentinas e inesperadas, o impacto é maior devido a sua natureza abrupta. O indivíduo não tem a chance de se preparar e se ver diante de uma nova realidade inesperada após a partida do ente querido (Kovács, 1992). Após uma morte inesperada, é comum o surgimento de reações complexas durante o processo de luto. No início, o sentimento de paralisia emocional pode ser frequente, e o indivíduo pode ter dificuldade em acreditar e aceitar a realidade, além disso, pode persistir a constante sensação da presença do falecido, como se ele pudesse aparecer a qualquer momento (Parkes, 1998).

Após uma perda inesperada, é comum que o enlutado seja acompanhado por constantes lembranças de seu ente querido (Parkes, 1998). Essas lembranças podem ser intensificadas por fatores como a condição do corpo após o acidente, o que pode agravar o processo do luto. Dependendo da forma traumática da morte, um outro agravante é a impossibilidade de realizar rituais de despedidas, como os velórios, devido à ausência do corpo físico para velar (Ribeiro *et al.*, 2022). Sentimento de culpa e raiva também podem surgir com frequência, especialmente em casos em que o enlutado estava presente no momento do acidente e sobreviveu (Kovács, 1992).

Quando se trata de mortes provocadas pela ação humana, como o suicídio, as marcas deixadas nos familiares são profundas. Sentimento de culpa e angústia podem acompanhar os enlutados por um longo período (Constantinidis; Gomes 2023). O indivíduo enlutado por uma morte decorrente do suicídio é denominado "sobrevivente", pois sua vida é profundamente impactada pela perda traumática, tornando necessário reconstruir sua vida após a tragédia (Rocha e Lima, 2019).

O luto por suicídio é considerado um dos mais dolorosos devido à sua natureza inesperada e à falta de explicações para o ocorrido, os sobreviventes frequentemente fazem constantes questionamentos sobre a morte e sobre aspectos da vida do falecido em busca de explicações (Dantas, 2019). Sentimento de culpa e a ruminação sobre o que poderia ter sido feito são comuns nesse tipo de luto (Parkes, 1990).

Os impactos que uma morte por suicídio ocasiona na vida do enlutado são diversos. As relações familiares sofrem impactos no âmbito social, pois, devido ao tabu em torno do suicídio e ao medo do julgamento, a família evita falar sobre o ocorrido. É comum que as mídias sociais divulguem fotos e vídeos do evento, o que pode ampliar o sofrimento da família. Outro motivo para a evitação do assunto no âmbito familiar é o medo de que falar sobre o ocorrido possa levar a outro suicídio na família. Assim, o tema acaba sendo silenciado (Dantas, 2019).

As mortes naturais são aquelas decorrentes de doenças biológicas. Embora possam ser esperadas, isso não significa que não causem impactos significativos na vida dos enlutados. O luto antecipatório é o processo pelo qual a família e o portador de uma doença vivenciam a preparação para a morte devido a um diagnóstico crônico ou terminal. Diferente das mortes repentinas, o enlutado se prepara e espera a morte. Durante esse processo, é comum resolver questões burocráticas, realizar rituais de despedida e permitir que o familiar e o indivíduo em estado terminal expressem seus sentimentos, facilitando uma elaboração antecipada do luto. (Ribeiro et al.,2022).

Em casos de doenças terminais, o indivíduo pode iniciar uma busca por ressignificação do momento que está vivenciando, permitindo que todos os envolvidos elaborem a realidade vivida. No entanto, é comum que tanto o paciente quanto seus familiares neguem a possibilidade da terminalidade da vida. O luto antecipado pode ser prejudicial tanto para o paciente quanto para os familiares, pois gera um misto de sentimentos (Hamoui, 2022). A família, ao acompanhar o constante sofrimento do ente querido, pode desejar o fim desse sofrimento, levando a sentimento de culpa por ansiar tanto pelo alívio quanto pela cura. Isso pode amplificar o sofrimento (Ribeiro *et al.*, 2022).

Após a morte de um ente querido, o enlutado pode vivenciar um sentimento de vazio e perda de identidade. Isso ocorre porque o falecido desempenhava um significado importante na vida do enlutado, criando a sensação de que, com a morte dessa pessoa, uma parte de si também morreu (Kovács, 1992). Quando alguém morre, não se perde apenas a presença física dessa pessoa na vida do enlutado. Com a morte, não se perde somente o pai, a mãe, ou o filho, mas também um companheiro, alguém com quem se compartilhavam confidências. Perde-se o amparo e o sentimento de proteção. Essas perdas são denominadas perdas secundárias, que acompanham a ausência física de quem se foi. (Rigão *et al.*, 2024).

A intensidade da dor durante o luto está diretamente ligada ao vínculo emocional com a pessoa falecida. Quanto mais forte era esse vínculo, mais profunda pode ser a dor experimentada (Arantes, 2016). Além disso, há necessidade de reestruturação e ressignificação da vida após a perda, uma vez que a morte de um ente querido altera significativamente a dinâmica familiar ou pessoal (Rigão et al.,2024). Por outro lado, as circunstâncias da morte, dependendo de sua natureza, podem gerar sentimentos de paralisação e impotência nos enlutados. Assim, essas perspectivas combinadas oferecem uma visão abrangente das complexidades do processo de luto e das diversas reações emocionais que os enlutados podem enfrentar. (Kovács ,1992)

2.4 O IMPACTO DO LUTO NAS FAMÍLIAS

Embora o luto seja um processo vivenciado de modo singular por cada indivíduo, ele também é um fenômeno compartilhado coletivamente, uma vez que a família é diretamente impactada pela perda (Lopes *et al.*, 2021). A morte de um membro no meio familiar causa uma ruptura em sua estrutura; o papel que anteriormente desempenhado pelo falecido terá que ser assumido por outros integrantes, exigindo uma reestruturação de toda dinâmica familiar (Rigão *et al.*, 2024).

Algumas mortes provocam uma quebra das regras do jogo da vida. Há aquelas que são consideradas naturais por alguns, como as mortes de pessoas em idade avançada, e outras que são vistas como não naturais, como as mortes de crianças (Santos e Pitarelli, 2019). A morte de figuras parentais, irmãos ou outros indivíduos que representavam significado e desempenhavam funções importantes na vida de seus integrantes podem interromper os planos e expectativas de toda família. (Rigão *et al.*, 2024). Durante o processo de luto, a família vivenciará uma complexidade de emoções ocasionadas pela falta do ente querido e das mudanças que essa ausência acarreta. Assim, a família, como um sistema de troca de relações poderão juntos vivenciar esse processo (Lopes *et al.*, 2021).

Uma boa comunicação entre os membros da família pode facilitar a expressão dos sentimentos, proporcionando suporte mútuo e fortalecendo os laços familiares (Rigão *et al.*, 2024). No entanto, quando não há abertura para expressão das emoções, os indivíduos podem se sentir sozinhos e incapazes de experienciar e compartilhar suas dores. Dessa forma, a família pode tanto ser uma fonte de proteção quanto assumir um papel que dificulte o processo de elaboração do luto entre seus membros (Lopes *et al.*, 2021).

Com isso, a ausência de um ente querido pode tanto alterar a dinâmica familiar quanto manter seu funcionamento intacto. Em alguns casos, famílias que já mantinham boas relações podem continuar a se apoiar mutuamente após a perda. Por outro lado, em famílias com relações conflituosas, a morte de um membro pode não modificar a dinâmica existente e, em alguns casos, até intensificar os conflitos (Aciole; Bergamo, 2019).

Esses conflitos familiares podem surgir em relação a questões práticas, como eventos memoriais, como enterros e aniversários, que podem ser motivos de disputas (Devine 2021). Questões burocráticas, como despesas com o tratamento da pessoa que morreu ou com a cerimônia de enterro, também podem originar conflitos entre os membros da família, tais conflitos podem agravar ainda mais o sofrimento já intenso do processo de luto para as pessoas envolvidas. (Aciole; Bergamo, 2019).

2.5 A TEORIA DO MODELO DUAL DO LUTO

Há uma ideia de que, socialmente, o luto precisa ser superado ou finalizado. No entanto, o luto, como um processo de ruptura de um vínculo com alguém significativo, requer uma constante elaboração e uma nova adaptação à vida sem a presença física do ser amado, restando somente, lembranças e memórias (Lopes *et al.*, 2021).

Com isso, a teoria do Modelo do Processo dual do Luto, criado no final da década de 1990 por Stroebe e Schut, é uma das teorias desenvolvidas a partir dos avanços científicos e exploração acerca da temática sobre o luto (Sacilote; Bombarda, 2022). O enlutado vivencia um processo de oscilação no enfrentamento em relação à pessoa perdida, ora voltado para a perda propriamente dita, ora para adaptação de uma nova realidade sem o ente querido e para a reconstrução de significados (Luna, 2020).

O enfrentamento voltado para a perda refere-se à vivência do luto ocasionada pelo sofrimento e pelos sentimentos decorrentes da falta do ente querido (Frizzo, 2017). Sentimentos como a tristeza, raiva, sensação de desespero e choro caracterizam a experiência da dor vivenciada pelo enlutado (Arantes, 2016). Há uma constante ruminação voltada a pessoa que se foi, como pensamentos relacionados ao contexto da morte, lembranças sobre o vínculo e o papel que este ente querido desempenhava na vida do enlutado também são frequentes (Sacilote e Bombarda, 2022). O sofrimento pode se intensificar em momentos em que a ausência do ente querido é sentida com maior intensidade, como nas datas comemorativas e celebrações com os familiares. (Santos, 2023).

No entanto, enquanto o enlutado vivencia o processo do luto e a sua dor associada, também se vê diante da necessidade de dar continuidade à sua vida e se adaptar a uma nova realidade, agora imposta de forma inesperada pela ausência do falecido (Frizo *et al.*, 2017).

Com isso, o indivíduo inicia uma busca pela volta de uma rotina, assumindo novas responsabilidades, papéis e funções, além de relacionamentos e até mesmo de uma nova identidade, caracterizando assim o movimento voltado para a restauração. A ligação interrompida pela morte assume um papel simbólico na vida do enlutado, permitindo a continuidade do vínculo, mesmo na ausência física (Sacilote; Bombarda, 2022). Nesse contexto, é destacado que "o luto é como uma pedra pesada... você aprende a ajeitar o peso dela e depois se acostuma com o que está carregando" (Accetti, 2023, p. 48).

Assim, a oscilação é caracterizada pelo dinamismo entre os movimentos voltados para a perda e para a reparação, sendo considerada fundamental para o enfrentamento do processo do luto (Frizzo, 2017). Esse processo pode ocorrer de forma alternada e até mesmo simultaneamente, permitindo que o vínculo não seja totalmente encerrado, mas que ocorra um processo de resignificação (Hamoui, 2022). Dessa forma, haverá momentos em que o enlutado vivenciará constantemente sua dor através de lembranças, ao mesmo tempo que precisará enfrentar a realidade com os afazeres e obrigações do dia a dia (Arantes, 2016). Como afirma Accetti (2016, p. 67), "haverá dias em que você vai acordar bem; em outros, nem vai conseguir levantar da cama. Tem dias que você gostaria de enfiar a sua cabeça num buraco e desaparecer. Tem dias que a gratidão preencherá seu coração de amor e saudade".

A tristeza se manifestará em vários momentos na vida do enlutado, especialmente ao relembrar os momentos vividos com a figura significativa que se foi. O choro será uma resposta natural à ausência, mas ainda será possível encontrar algum conforto, apesar da falta. (Medeiros et al., 2019). Portanto, para suportar o luto, é necessário experienciar as emoções intensas que surgem durante o processo e enfrentar a realidade da perda, mesmo com a ausência física, a pessoa enlutada não deixará de lembrar da pessoa que se foi (Arantes, 2016).

Para que o processo de adaptação após uma perda possa ocorrer, é necessário que durante o luto, o indivíduo consiga realizar algumas das seguintes etapas: aceitar a perda como uma

realidade, enfrentar as questões relacionadas ao ocorrido e à morte, expressar os sentimentos e emoções ocasionados pela perda, adaptar-se à ausência do ente querido e se envolver em atividades cotidianas, permitindo a integração da perda de maneira saudável na vida do enlutado. (Hamoui, 2022).

Em síntese, o Modelo do processo dual do luto permite uma melhor compreensão do dinamismo e complexidade que esse fenômeno desencadeia no indivíduo. Esse modelo defende que é natural e necessário a oscilação entre os movimentos relacionados à perda e à reparação, permitindo que, com o tempo, o enlutado se adapte e ressignifique sua vivência (Frizo *et al.*, 2017)

3 METODOLOGIA

Este trabalho utilizou como método de pesquisa a revisão integrativa de abordagem qualitativa. A revisão integrativa permite ao pesquisador, a partir de análises e sínteses de estudos já publicados sobre determinado tema, construir novos estudos sobre o assunto de interesse, independentemente dos tipos de pesquisa utilizados nos estudos originais (Souza *et al.*, 2010).

A pesquisa qualitativa pode ser aplicada em diversas áreas de estudo e caracteriza-se pela capacidade de compreender fenômenos sociais a partir das perspectivas do objeto de estudo. Esse método proporciona uma visão ampla sobre determinados fenômenos com base em sua subjetividade (Gil, 2008).

Para a elaboração da revisão integrativa, foram seguidas 6 etapas. A primeira etapa consiste na Formulação da pergunta norteadora, seguindo pela busca de materiais relevantes, na terceira etapa, ocorre a seleção desses materiais, além da etapa que consiste na análise crítica dos materiais escolhidos, e pôr fim a apresentação da revisão integrativa (Souza *et al.*, 2010).

A pergunta utilizada para nortear a pesquisa foi: 'Como o Modelo Dual do Luto explica a vivência do processo de luto em famílias enlutadas diante de diferentes tipos de perda'? Para a busca dos materiais utilizados para a construção da pesquisa, foram utilizados os seguintes descritores: 'Luto', 'famílias', 'Modelo do processo dual do luto', 'tipos de perda'.

As bases de dados utilizadas nesse estudo para a coleta dos materiais foram o Periódico CAPES e Scielo focando em materiais publicados nos últimos 5 anos. Os critérios de inclusão definidos para a seleção dos materiais incluem trabalhos que estejam diretamente relacionados com a temática, publicados em Português. Como critério de exclusão serão descartados os artigos que não abordem o assunto investigado, além de trabalhos que não tenham sido publicados nos últimos 5 anos, ou que não estejam disponíveis em plataformas científicas.

Para a análise dos dados, a técnica utilizada foi a análise de conteúdo. Consiste em obter, através de procedimentos sistemáticos, uma compreensão e interpretação de opiniões, percepções, crenças e conhecimentos (Bahia *et al.*, 2018). O modelo definido foi o de Bardin, este, contém três passos fundamentais, a primeira definida como pré-análise, seguida por o pesquisador examinará de forma aprofundada esses materiais para que o processo de elaboração das categorias inicie, por fim, será realizada a interpretação e análise dos dados coletados durante as duas primeiras etapas. (Bardin, 2010)

O quadro a seguir mostra como ocorreu o processo de coleta de dados

QUADRO 1						
Processo de seleção do material						
Bases de dados	Número de artigos localizados	Artigos eliminados após a leitura de títulos	Artigos eliminados por repetição	Artigos eliminados após leitura de resumos	Artigos eliminados após leitura completa	Artigos que serão analisados
Scielo	4	0	0	0	0	4
Periódico CAPES	7	0	1	1	1	4

Fonte: Quadro Elaborado pelo Autor Deste Artigo.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

O quadro a seguir mostra os resultados da pesquisa e os estudos que foram analisados

Características dos estudos teóricos				
Autores e ano	Tipo de publicação	Onde foi publicado	Metodologia	Construto avaliado
Bezerra et al (2022)	Artigo	Revista	Pesquisa natureza qualitativa, fundamentado no referencial teórico-filosófico-metodológico da fenomenologia de Martin Heidegger	Luto materno pelo filho que morreu na infância.
Agnese et al (2023)	Livro	Organização Pan-Americana da Saúde	Relato de experiência	O luto de mães e pais por seus filhos e filhas
Rocha e Lima (2019)	Artigo	Revista	pesquisa em caráter qualitativo, de revisão integrativa de literatura	Luto por suicídio
Busa e Silva (2019)	Artigo	Revista	Pesquisa de campo	Luto de Jovens- Adultos pela morte dos pais
Eninger et al (2021)	Artigo	Revista	Estudo qualitativo de caráter exploratório.	Luto Antecipatório
Oliveira et al (2024)	Artigo	Revista	Pesquisa bibliográfica	Experiências e processos de luto de famílias
Santos et al (2024)	Artigo	Revista	Relato de experiência	Modelo Dual do Luto

Quadro elaborado pelo autor deste artigo

Diante do material analisado foi constatado um número considerável de estudos que abordam a temática do luto, seja em relação a caracterização entre a perda e a restauração compreendendo o luto pelo modelo dual, como também, as variáveis individuais e contextuais no processo de luto e o Luto por mortes traumáticas. Assim, elegemos esses tópicos como categorias para apresentarmos nossos resultados.

4.1 ENTRE A PERDA E A RESTAURAÇÃO: COMPREENDENDO O LUTO PELO MODELO DUAL

O ser humano busca incessantemente o equilíbrio em todas as áreas da vida, mas as perdas inevitáveis podem gerar luto, que é uma crise que desestabiliza a capacidade de ajustamento e os recursos disponíveis para enfrentá-la. A intensidade e a expressão do luto podem variar, especialmente em casos de mortes repentinas e traumáticas, como acidentes e suicídios, que tornam a família mais vulnerável e podem prolongar o processo de luto. Mortes prematuras, como as de recém-nascidos, crianças e jovens, são particularmente difíceis devido à menor expectativa em comparação com a morte de idosos (Oliveira et al., 2024). A morte marca a etapa final do desenvolvimento humano, após a passagem por diversas fases da vida. Assim, a perda de alguém importante provoca um conflito no processo de luto, onde o indivíduo deve lidar com o sofrimento causado pela perda e, simultaneamente, encontrar maneiras de seguir em frente (Giamattey et al., 2022).

Neste contexto, a teoria do modelo dual do luto proposta por Stroebe e Schut oferece uma abordagem para compreender e manejar os aspectos conflitantes do luto, equilibrando a experiência do sofrimento com a necessidade de seguir em frente, ela proporciona uma nova concepção sobre o dinamismo psíquico experienciado pelo enlutado, permite identificar como o luto está sendo vivenciado por cada indivíduo e é apresentada em duas dimensões. A primeira dimensão é voltada para a perda, na qual o indivíduo vivencia o sofrimento e outras situações associadas à perda, como as mudanças impostas por ela. A segunda dimensão é voltada para a restauração, caracterizada pela 'aceitação' da perda, e envolve a tentativa de retorno às atividades diárias e a adaptação à ausência do ente querido (Santos et al., 2024).

A oscilação entre as dimensões da orientação para a perda e a orientação para a restauração é fundamental no processo de luto, ajudando a entender como o enlutado alterna entre focar na dor da perda e na reconstrução de sua vida. Durante a fase de orientação para a perda, é comum que o enlutado experimente sofrimento, expresse suas emoções, entre em contato com pertences do ente querido e vivencie a saudade. Por outro lado, na fase de orientação para a restauração, o indivíduo pode evitar a dor, concentrando-se na reorganização de sua vida, retomando atividades e relacionamentos sociais. Essa alternância é essencial para o retorno à rotina, permitindo ao enlutado estabelecer novos compromissos e engajar-se em atividades que promovem o autocuidado e o convívio social. Essa oscilação permite que o luto, embora presente, não impeça o avanço e a adaptação à nova realidade (Stroebe e Schut 1999 apud Santos et al., 2024).

4.2 EXPLORANDO VARIÁVEIS INDIVIDUAIS E CONTEXTUAIS NO PROCESSO DE LUTO

Para uma melhor compreensão das experiências individuais na elaboração da perda, é crucial compreender como esses processos são moldados por características individuais e pelo contexto

em que ocorrem, por esta razão é importante explorar essas variáveis que são capazes de impactar o processo de luto.

A morte é caracterizada como uma zona desconhecida, de natureza vital, representando na vida dos enlutados a sensação de desamparo, separação e perda (Busa et al., 2019). O confronto com a morte de um membro da família é considerado um dos maiores desafios enfrentados ao longo da vida, essa experiência pode abalar tanto a vida individual quanto familiar, podendo ainda, ser experienciada e debatida em diferentes fases da vida de cada membro (Eninger et al., 2021).

Teoricamente, a vida segue uma sequência lógica e progressiva de eventos, com as fases do nascimento, crescimento, reprodução e morte correndo de forma previsível. No entanto, a morte pode surgir e romper essa sequência esperada, resultando em uma inversão dessas etapas. Esse rompimento pode ser difícil de compreender e descrever adequadamente. Enquanto termos como "viúvo" e "viúva" são usados para denominar a perda de um dos parceiros, e "Órfão" é utilizado quando ocorre a morte dos pais, não há um termo da língua portuguesa que descreva a situação específica de mães e pais que perdem seus filhos. (Agnese et al., 2023).

A perda de um filho é considerada uma das experiências mais catastróficas da vida humana, carregada de uma dor imensa. Quando essa morte ocorre prematuramente, antes que o ciclo natural da vida seja completado, a sensação de ruptura é ainda mais profunda, expondo brutalmente a fragilidade da existência. Pode desencadear reações físicas e emocionais significativas, como a perda de apetite, insônia e uma tristeza profunda, mergulhando os pais em um estado de desespero e confusão. No entanto, apesar da dor esmagadora, alguns indivíduos encontram uma força interior inesperada que os ajuda a seguir em frente. Buscam maneiras de honrar e preservar a memória dos que partiram, mantendo uma integridade emocional enquanto se adaptam à nova realidade, permitindo que continuem vivendo, equilibrando a dor com uma forma de homenagem àqueles que faleceram, demonstrando uma capacidade de encontrar significado e propósito em meio à perda. (Agnese et al., 2023).

A perda é uma parte inevitável da experiência humana. Quando morre uma mãe, uma parte da infância e adolescência se vai. Assim como, a perda de um filho, morre um futuro planejado junto ao ser amado e da figura que teoricamente deveria acompanhar até o fim da vida. Essa ausência provoca grandes impactos em diversas áreas da vida. Além disso, a falta de um membro da família pode ocasionar um intenso sentimento de solidão, a dor pode ser tão intensa que nem mesmo todas as palavras de conforto podem ser insuficientes para amenizar a dor da perda (Busa et al., 2019).

Bezerra et al, (2022) em seus estudos sobre "*O tempo do luto materno pelo filho que morreu na infância*" procuraram analisar a experiência de mães que perderam seus filhos por acidentes domésticos. Esses autores afirmam que a morte de uma criança pode alterar a forma como os pais passam a ver a si mesmo, ao mundo e a todos ao redor. Desencadeando uma série de reações negativas e prejudiciais, demandando atenção minuciosa. Neste cenário, evidencia-se a complexidade das respostas adaptativas ao luto materno, que agravam problemas mentais como ansiedade e depressão e levam ao uso de medicamentos psicotrópicos.

As mães relataram que os primeiros dias após a perda do filho foram marcados por uma dificuldade significativa em se ajustar à ausência da criança, o que limitou suas atividades diárias. Apesar da ausência física, muitas mães continuaram a sentir a presença do filho, através de visões, sons ou sonhos. Esse impacto resultou frequentemente em isolamento social, redução

do apetite e problemas de sono. Além disso, a necessidade de adaptação variou entre as mães, com diferentes tempos e formas de processamento do luto. As mães relataram que os períodos iniciais após a morte do filho foram significativamente desafiadores, principalmente devido à recente perda. Muitas optaram por mudar de casa e do local onde o acidente havia ocorrido, pois o ambiente e as rotinas diárias constantemente lembravam o evento trágico, tornando impossível suportar a dor e a presença constante das memórias associadas ao local.

A pesquisa também mostrou que a elaboração do luto não depende do tempo de ocorrência da perda, visto que mães que perderam seus filhos a aproximadamente 30 anos apresentaram sofrimento significativo tanto quanto àquelas que perderam seus filhos a um ano, por outro lado, a elaboração do luto em mães que perderam seus filhos recentemente foram mais efetivas em comparação às que perderam seus filhos a cerca de 5 a 10 anos.

Durante o estudo, as mães relataram que em datas significativas, como aniversário, aniversário de morte, dia das crianças, dia das mães e dias de finados, além de momentos associados à infância, o sofrimento é vivenciado de forma mais intensa e as lembranças se tornam mais intensas. A prática de rituais nessas datas comemorativas, como a visita ao túmulo são formas de cuidar do filho ausente e ajudam a diminuir o vazio que ficou após a morte da criança. Além disso, os pertences pessoais dos filhos podem ser geradores de sofrimento, pois retomam lembranças do ente querido e do acontecimento que ocasionou a morte. Apesar disso, ainda assim, algumas mães não são capazes de se desfazer dos itens. Afirmaram também que a falta do filho é sentida diariamente, mas que a dor, embora ainda presente, é menos paralisante em comparação com os primeiros períodos após a perda, o que demonstra uma certa adaptação à nova realidade. Embora de não conseguirem superar completamente a perda, aprenderam a seguir em frente e a lidar com a lacuna deixada pela criança.

A morte de um filho ou filha modifica profundamente a dinâmica familiar, exigindo ajustes para lidar com as novas circunstâncias. Por exemplo, se há dois filhos e um falece, o sobrevivente se torna o filho único. Em uma família numerosa, a perda pode levar o filho mais novo a assumir o papel do mais velho. Em casos onde o único filho falece, restam apenas os pais. Nessas novas configurações, a comunicação é crucial para o processo de luto, permitindo que todos expressem suas emoções e sentimentos. Muitas vezes, o filho que permanece pode sentir-se responsável por preencher a ausência do irmão ou irmã falecidos, o que pode levar a uma compreensão equivocada de que sua presença pode aliviar a dor dos pais. Esse sentimento de obrigação pode resultar na evitação do tema pelos filhos, na tentativa de proteger os pais de um sofrimento adicional. (Agnese et al., 2023).

Por fim, o estudo ainda revelou que aspectos espirituais podem ajudar as mães a manter uma ligação com seus filhos falecidos, por meio de experiências de natureza superior, oferecendo amparo para o sofrimento da mãe. Com isso, a espiritualidade se apresenta como uma importante fonte de cuidado ao luto das mães. Além disso, elas relataram sintomas físicos e emocionais significativos, como perda de apetite, insônia, e sentimentos de desespero e depressão. Esses sintomas destacam a complexidade da experiência de luto, que vai além do que a perspectiva biomédica tradicional pode abordar. (Bezerra et al., 2002)

O luto antecipatório é um fenômeno que ocorre quando um ente querido enfrenta uma condição terminal, um risco elevado de morte ou uma internação prolongada, levando tanto o paciente quanto seus familiares a vivenciarem o luto antes do falecimento. Essa experiência provoca perdas tanto reais quanto simbólicas, resultando em sentimentos intensos de tristeza e

sofrimento. Além disso, o impacto do luto antecipatório afeta não apenas o aspecto emocional, mas também o físico dos envolvidos (Eninger et al., 2021)

Uma vez que a chance da morte é identificada, o indivíduo adoecido e os familiares podem vivenciar o processo de luto antecipado, mesmo antes da morte ocorrer. Esse processo envolve a preparação e a elaboração da perda. Para o adoecido, a experiência pode ser especialmente dolorosa, já que doenças graves ou terminais frequentemente causam uma degeneração física e psicológica progressiva (Eninger et al., 2021). Esses fatores podem gerar sentimentos ambíguos nos familiares, como o desejo de que a morte alivie o sofrimento, e ao mesmo tempo, a culpa associada a esse desejo (Ribeiro *et al.*, 2022). Doenças terminais, como o câncer nas fases finais, representam um dos desafios mais significativos, exigindo uma preparação e reorganização da família (Eninger et al., 2021).

Cada membro da família tem uma forma única de experienciar o luto. No caso das crianças, a expressão do luto se manifesta através de brincadeiras e fantasia, refletindo a maneira como elas lidam com a ausência causada pela morte. A expressão verbal dos sentimentos é frequentemente mais difícil para essa faixa etária, exigindo atenção especial dos adultos, o que nem sempre é dado. As manifestações emocionais podem variar bastante, indo desde o isolamento até choros intensos. Algumas crianças podem sentir culpa pela morte dos pais, enquanto outras podem exibir comportamentos que mostram a esperança de retorno da figura perdida, como guardar um item para quando o pai ou a mãe voltar. A falta de espaço para a expressão desses sentimentos pode desencadear problemas emocionais futuros. (Oliveira et al., 2024)

As experiências emocionais dos jovens após a perda são variadas e serão influenciadas pelo vínculo que antes tinham com o falecido e pela forma como cada uma lida com as divergências. Assim, são comuns sentimentos iniciais de desespero, fazendo com que o filho ou a filha que perdeu um dos pais se sinta desamparado, após a perda o jovem o jovem necessita enfrentar o luto permitindo que a elaboração ocorra (Busa et al., 2019)

A morte dos pais pode levar a mudanças significativas na vida de jovens adultos, como o surgimento de novas responsabilidades e um processo de amadurecimento. Além disso, essa perda frequentemente resulta em uma reavaliação dos aspectos da vida, levando os jovens a valorizar mais intensamente as relações pessoais e os momentos compartilhados com amigos e familiares que antes poderiam ter sido negligenciados. Durante o processo de luto após a morte de um dos genitores, podem surgir diversas reações, incluindo tristeza, aperto no peito, confusão, alucinações, choro, insônia e apego a objetos que representem a figura de amor. Esses sintomas refletem um conjunto de respostas emocionais, físicas, cognitivas e comportamentais que são comuns quando se enfrenta uma perda significativa (Busa et al., 2019)

Esses autores destacam a variação nas formas como os jovens lidam com a perda. Enquanto alguns buscam conforto ao compartilhar sua dor com outras pessoas, outros, diante de um sofrimento esmagador, preferem enfrentar o momento sozinhos, buscando eventualmente recomeçar. Existem aqueles que enfrentam a morte com uma certa leveza, enquanto outros reagem de maneira semelhante a crianças aterrorizadas, frequentemente adotando a estratégia ilusória de fechar os olhos para evitar enfrentar o que lhes causa um medo profundo. (Busa et al., 2019)

Essas reações também caracterizam as dimensões do modelo dual do luto. A dimensão voltada para a perda é evidente nas respostas emocionais, como a tristeza e o apego a objetos que lembram o ente querido. Essa dimensão representa a luta interna com a dor e a saudade, onde os jovens vivenciam suas emoções e confrontam a realidade da perda. Por outro lado, a dimensão voltada para a restauração se manifesta quando alguns jovens buscam conforto ao compartilhar sua dor com outras pessoas ou ao encontrar maneiras de recomeçar. Essa alternância entre as duas dimensões destaca a complexidade do processo de luto e a importância de oferecer apoio durante esse período, que é reconhecido como doloroso.

4.3 O LUTO EM MORTES TRAUMÁTICAS

As mortes repentinas, como nos casos de acidentes de trânsito, podem ser mais intensas devido ao choque e à falta de preparo emocional, podendo ocasionar problemas psicológicos como depressão grave e transtorno do estresse pós-traumático (TEPT). Além disso, esses eventos podem causar sintomas físicos, como insônia e aumento do uso de álcool, bem como sintomas psicossomáticos, que têm um caráter emocional e psicológico. Esses sintomas, podem ser predominantes entre os pais (Bezerra et al.,2022) Sintomas comuns incluem anesestesiamento e negação como formas de lidar com a dor, podendo levar a agitação, fraqueza, diminuição da vontade, tristeza intensa e ações robotizadas. (Agnes et al., 2023).

O suicídio é um ato deliberado e intencional de provocar a própria morte, frequentemente visto como pecaminoso, egoísta e vergonhoso na contemporaneidade, o que pode influenciar significativamente a forma como os sobreviventes lidam com essa perda. Embora tristeza e saudade sejam comuns a todas as formas de morte, o suicídio traz sentimentos adicionais de culpa e vergonha. Esses sentimentos são específicos desse tipo de perda e acrescentam complexidade ao processo de luto, diferenciando-o das respostas típicas a outras mortes (Rocha; Lima ,2019)

Há ainda, sentimentos de incapacidade e fracasso quando a possibilidade de suicídio era conhecida, mas o ato não foi evitado. Além disso, sentimentos de raiva pela decisão do ente querido são presentes, além da sensação de abandono. A culpa e a surpresa são comuns quando a possibilidade do suicídio não era conhecida e os 'sinais' não foram identificados. Uma peculiaridade desse tipo de luto é que, ao contrário das mortes naturais, a elaboração tende a ser mais complicada devido ao tabu em relação ao suicídio, o que impede que o enlutado compartilhe sua dor socialmente devido a julgamentos. Além disso, a busca por explicações caracteriza esse tipo de luto, o que pode intensificar o sofrimento, pois somente hipóteses sobre a decisão podem ser levantadas, mesmo quando o falecido deixou cartas, gerando dúvidas constantes. Por fim, o luto por suicídio pode ser um desencadeador de transtornos psicológicos. Entre os mais comuns estão a depressão, a ansiedade e o transtorno de estresse pós-traumático (TEPT). (Rocha; Lima, 2019).

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A proposta deste trabalho foi compreender como o processo do luto é vivenciado. Para que o objetivo fosse alcançado, foi necessária uma pesquisa aprofundada sobre o tema. Com isso, diante das análises feitas, percebeu-se que já existem muitos estudos publicados sobre o assunto, o que facilitou a elaboração deste trabalho, no entanto ainda é fundamental que mais pesquisas e trabalhos sobre o assunto sejam realizados para que assim, o campo científico da psicologia cresça constantemente.

Foi possível compreender que o luto é uma experiência pessoal e multifatorial, com variações significativas para cada indivíduo. A partir do aprofundamento na perspectiva do Modelo Dual do Luto, de Stroebe e Schüt, observou-se que as dimensões de orientação para a perda e para a restauração são fundamentais para entender como os enlutados vivenciam a dor e como buscam adaptar suas vidas após a perda de um ente querido.

No que se refere à complexidade das experiências de luto, perdas repentinas, como a morte de um filho ou decorrente de suicídio, frequentemente geram um impacto psicológico intenso, levando a sentimento de culpa, raiva e confusão, devido à natureza abrupta do evento. O luto antecipatório, por outro lado, ocorre quando a morte é esperada e permite uma preparação emocional. Nesse contexto, os envolvidos passam por perdas simbólicas e enfrentam sentimentos ambíguos sobre a morte e o alívio do sofrimento do ente querido. No caso do luto infantil e adolescente, observa-se que crianças e jovens expressam sua dor de formas distintas: as crianças, por meio de brincadeiras e fantasias; os adolescentes, através de uma intensa reavaliação de suas relações e identidade. Essas reações ressaltam a importância de um suporte emocional adequado e de um ambiente que permita a expressão saudável dos sentimentos.

Em relação às similaridades nas respostas ao luto, independentemente da natureza da perda, percebeu-se que muitos enlutados procuram manter uma conexão com o ente querido. Mães que perderam filhos, por exemplo, frequentemente encontram maneiras de honrar suas memórias por meio de rituais em datas significativas ou preservando objetos que simbolizam a presença do filho. Além disso, a dinâmica familiar é profundamente impactada em todos os tipos de luto. A comunicação torna-se essencial para que todos os membros da família expressem suas emoções e se apoiem mutuamente, especialmente em casos de perdas de filhos, nos quais o espaço para o luto e a reestruturação das responsabilidades familiares são cruciais. A presença de apoio social e um espaço seguro para falar sobre a perda são fundamentais para aliviar a dor e incentivar a busca de ajuda profissional, quando necessário.

Diante do exposto, é essencial que os profissionais que lidam com essa demanda se aprofundem em teorias que reconheçam as diversidades de experiências desencadeadas pelo luto, como o Modelo Dual do Luto. Isso permitirá reconhecer que cada enlutado vivencia uma série de reações, cuja elaboração depende de fatores diversos. Dessa forma, os profissionais podem desenvolver intervenções que respeitem a singularidade de cada indivíduo, minimizando os impactos dessa experiência dolorosa. É importante adotar uma perspectiva que compreenda o luto como um processo singular e não linear, repleto de oscilações. Ainda que o luto não tenha uma "finalização" definitiva, é possível promover um processo contínuo de ressignificação e adaptação.

REFERÊNCIAS

ACCETTI, Rackel. *Ressignificando Perdas: Reflexões e Práticas para (sobre)viver à metamorfose do luto*. São Paulo: Editora Alfabeto, 2023. 200 p.

ACIOLE, G. G.; BERGAMO, D. C. Cuidado à família enlutada: uma ação pública necessária. *Saúde em Debate*, v. 43, n. 122, p. 805–818, 2019. Disponível em: (PDF) Cuidado à família enlutada: uma ação pública necessária

AGNESE, Ana Maria Dall et al. *Perda sem nome: como aprender a conviver com a ausência de pessoas queridas*. 2. ed. Brasília, D.F.: Organização Pan-Americana da Saúde e Fundação Thiago de Moraes Gonzaga, 2023. <https://doi.org/10.37774/9789275727294>.

ARANTES, Ana Claudia Quintana. *A Morte é um dia que vale a pena viver*. Rio de Janeiro: Casa da palavra, 2016. 140 p. Disponível em: A morte é um dia que vale a pena viver - Ana Cláudia Quintana Arantes - Google Livros

ARAÚJO, F.V. *A psicologia frente a espiritualidade no processo de elaboração do luto: uma revisão sistemática*. 2019. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) – Centro Universitário Luterano de Palmas, Palmas, 2019. Disponível em: A psicologia frente a espiritualidade no processo de elaboração do luto

BAHIA, D.C. *et al Metodologia científica aplicada: um guia prático para psicólogos* Salvador, Sanar, 2018.

BARDIN, Laurence. *Análise de conteúdo*. 4. Ed. Lisboa: Edições 70, 2010.

BEZERRA, M. A. R. et al. O tempo do luto materno pelo filho que morreu na infância. *Escola Anna Nery*, v. 26, p. e20210264, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2021-0264>

BUSA, A. L. A.; SILVA, G. B. DA; ROCHA, F. P. O Luto do Jovem Adulto Decorrente da Morte dos Pais pelo Câncer. *Psicologia: Ciência e Profissão*, v. 39, 2019. <https://doi.org/10.1590/1982-3703003183780>

DANTAS, E. S. O. Fukumitsu KO. Sobreviventes enlutados por suicídio: cuidados e intervenções. São Paulo: Summus; 2019. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 26, n. 2, p. 765–766, fev. 2021. <https://doi.org/10.1590/1413-81232021262.37472019>

DEVINE, Megan. *Tudo bem não está bem*. São Paulo: Ebook, 2017. 197 p.2021. Disponível em: Baixar livro Tudo Bem Não Estar Tudo Bem - Megan Devine PDF ePub Mobi

ENINGER, F. U.; SANTOS, C. M. DOS; KAYSER, M. F. As relações familiares frente ao processo do luto antecipatório/ The family relations while facing the anticipatory grieving processes. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 4, n. 4, p. 15913–15927, 29 jul. 2021. DOI:10.34119/bjhrv4n4-121

FRIZZO, Heloisa Cristina Figueiredo *et al* Mães enlutadas: criação de blogs temáticos sobre a perda de um filho. *Escola de Enfermagem*. v 30 n 2. 116-121 p. 2017 . Universidade de São Paulo, São Paulo, SP, Brasil. DOI:10.1590/1982-0194201700019

ROCHA Eliene Gomes; CONSTANTINIDIS Teresinha Cid. Sentimentos e Percepções do Luto de Sobreviventes ao Suicídio de Jovens. *Psicologia*, v. 43, 1 jan. 2023. <https://doi.org/10.1590/1982-3703003255629>

GIAMATTEY, M. E. P. et al. Rituais fúnebres na pandemia de COVID-19 e luto: possíveis reverberações. **Escola Anna Nery**, v. 26, 29 set. 2021. <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2021-0208>

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 2002.

HAMOUI, S. O processo de luto sob a ótica da análise do comportamento: uma revisão da literatura. **repositorio.pucsp.br**, 17 jun. 2022. Disponível em: <https://repositorio.pucsp.br/jspui/handle/handle/27681>

KOVÁCS, Maria Júlia. **Morte e desenvolvimento humano**. São Paulo: casa do psicólogo, 1992. 132p. Disponível em: *Morte e Desenvolvimento Humano - Kovacs.pdf* [vnd53k1vm5lx]

LUNA, Ivânia Jann: Construindo histórias e sentidos sobre uma perda familiar na vida adulta. **Psicologia USP** Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis, SC, Brasil. v 31 e 200058. 2020. <https://doi.org/10.1590/0103-6564e200058>

LOPES, Fernanda Gomes *et al* A dor que não pode calar: reflexões sobre o luto em tempos de Covid-19. **Psicologia USP** v 32, e 210112 . Disponível em: SciELO - Brasil - .

MEDEIROS, Karine dos Santos *et al*. Morte: o processo do luto. **Psicologia.pt** 2019. ISSN 1646-6977 . Disponível em: Account Suspended

OLIVEIRA, Adriano Vilar et al. O impacto da perda: experiências de dor e processos de luto na família diante da chegada da morte. **COGNITIONIS Scientific Journal**, v. 7, n. 1, p. 102–116, 11 mar. 2024. DOI:10.38087/2595.8801.349

PARKES, Colin Murray. **Luto: Estudos Sobre A Perda Na Vida Adulta**. São Paulo, Ed. Summus. 225p. 1998.

RIGÃO, Gabriela Sarturi *et al*. Família e luto: revisando as contribuições empíricas entre 2010 e 2020. **Psicologia argumento/Psicologia Argumento**, v. 42, n. 116, 27 fev. 2024. DOI:10.7213/psicolargum.42.116.AO14

RIBEIRO, P. K. S. et al. Diferentes processos de luto e o luto não reconhecido: formas de elaboração e estratégias dentro da psicologia da saúde e da terapia cognitivo-comportamental /Different grief processes and unrecognized grief: forms of elaboration and strategies within health psychology and cognitive-behavioral therapy. **Brazilian Journal of Development**, v. 8, n. 4, p. 30599–30614, 25 abr. 2022. DOI:10.34117/bjdv8n4-508

ROCHA, P. G.; LIMA, D. M. A. Suicídio: peculiaridades do luto das famílias sobreviventes e a atuação do psicólogo. **Psicologia Clínica**, v. 31, n. 2, p. 323–344, 1 ago. 2019. <https://doi.org/10.33208/PC1980-5438V0031N02A06>

SOUZA, M.T *et al*. **Revisão integrativa**: o que é e como fazer. Einstein. 2010; 8(1 Pt 1):102-6. <https://doi.org/10.1590/S1679-45082010RW1134>

ROSS, Elisabeth Kubler. **Sobre a Morte e o Morrer**. Tradução: Paulo Menezes, - São Paulo: Martins Fontes, 1981. 1 Ed. Brasileira. 315 p.

SACILOTI, I. P.; BOMBARDA, T. B. Abordagem ao luto: aspectos exploratórios sobre a assistência de terapeutas ocupacionais. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 30, 12 dez. 2022. <https://doi.org/10.1590/2526-8910.ctoAO249532641>

SANTOS, T. F. DOS; PINTARELLI, V. L. Educação para o Processo do Morrer e da Morte pelos Estudantes de Medicina e Médicos Residentes. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 43, n. 2, p. 5–14, jun. 2019. <https://doi.org/10.1590/1981-52712015v43n2RB20180058>

SANTOS, Carolina Santos et al. Relato de experiência de atendimentos em psicoterapia breve a partir da Abordagem Centrada na Pessoa: o cuidado ao processo de luto. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**. Salvador.v.3, e5347,2024. DOI:10.17267/2317-3394rpd.2024.e5347