



Implicações da morte e luto na saúde mental do sujeito frente à pandemia

Pâmela Schultz Danzmann¹, Ana Claudia Pinto da Silva², Félix Miguel Nascimento Guazina³

Resumo: Objetiva-se entender o processo de morte e luto no cenário da COVID-19 e como essas vivências atingem a saúde mental da sociedade que sofre a perda de pessoas próximas. Para isso foi realizada uma revisão integrativa da literatura, nos meses de julho e agosto do ano de 2020. Verificaram-se mudanças na forma de vivenciar a morte e o luto, visto que, a aproximação do parente doente e hospitalizado e os rituais de despedida podem ser impossibilitados devido à contaminação e disseminação do coronavírus. A literatura apresenta que idosos ou pessoas que possuem problemas de saúde também se encontram no grupo de risco independentemente da idade. Assim, percebeu-se por meio da revisão que o atendimento terapêutico, se faz fundamental para a elaboração da morte e do luto. Conclui-se que o luto não experienciado pode trazer danos a médio e longo prazo à saúde psíquica.

Palavras-chave: Luto, Pandemias, Saúde Mental.

Implications of death and grief for the subject's mental health in the face of the pandemic

Abstract: Objective is to understand the process of death and mourning in the scenario of COVID-19 and how these experiences affect the society. For this, a integrativa review of the literature was carried out in the months of July and August of the year 2020. There were changes in the way of experiencing death and grief, since the approach of the sick and hospitalized relative and the farewell rituals may be impossible due to contamination and dissemination of the coronavirus. The literature shows that the elderly or people who have health problems are also in the risk group regardless of age. Thus, it was realized through the review that therapeutic care is essential for the elaboration of death and grief. It is concluded that not experienced grief can cause damage in the medium and long term to mental health.

Keywords: Mourning, Pandemics, Mental Health.

Introdução

É notório que diante do cenário da pandemia do novo coronavírus (*SARS-CoV-2*) o processo de morte e luto é protagonista, dessa forma torna-se fundamental discutir sobre o assunto.

¹ Curso de Psicologia. Universidade Franciscana- UFN. pamelapsicologia10@gmail.com;

² Psicóloga pela Universidade Franciscana e Pós-graduanda em Terapia Cognitivo-Comportamental pela Cognitivo Ead. anaclaudiaps14@hotmail.com;

³ Doutor em Psicologia pela (PUCRS). Professor no curso de Psicologia na Universidade Franciscana. UFN. felixguazina@hotmail.com.

Ainda mais por se tratar de um tema que historicamente foi evitado (ABEC, 2020) e que atualmente é banalizado, pois a sociedade parece não se assustar com o número crescente de óbitos (ORSINI; FILHO; CASTRO; NASCIMENTO, 2020) provocado por um inimigo invisível denominado coronavírus (CALA, 2020; HOTT, 2020). Essa falta de medo da sociedade pode estar relacionada com o fato do evento estar em curso e o impacto ser sentido todos os dias, ao contrário de um desastre onde o impacto das perdas é sentido imediatamente e de uma única vez (ABEC, 2020). Desde o início da pandemia diversas pessoas perderam a vida (HOTT, 2020) e outras tantas puseram fim em seus planejamentos pessoais e profissionais em curto prazo (GONCALVES; OLIVEIRA; PINHEIRO, 2020).

Frente ao contexto de perdas, aos poucos vão se estabelecendo mudanças e novas formas de pensamento, de relacionamentos, de vida e até mesmo da morte e luto (ABEC, 2020; OSWALD, 2020). Dessa maneira, a forma de enfrentar as perdas de familiares e amigos alterou, pois os rituais de despedida como eram realizados antes da pandemia estão impossibilitados devido a contaminação pelo vírus (CREMASCO, 2020; CRISPIM et al., 2020; GONCALVES; OLIVEIRA; PINHEIRO, 2020; FIOCRUZ, 2020a; OSWALD, 2020).

Posto isso, fica perceptível a inexistência de um espaço para que o indivíduo possa elaborar a perda, pois a experiência de não ver e não tocar no familiar ou amigo que faleceu pode ser dolorosa e traumática, (GONCALVES; OLIVEIRA; PINHEIRO, 2020, OSWALD, 2020) permitindo com que o sujeito não aceite e nem vivencie o luto. Tudo isso pode comprometer diretamente a saúde mental do sujeito e da sociedade (CALA, 2020; HOTT, 2020). Para lidar com essas mazelas advindas do cenário atual, é necessário profissionais preparados e comprometidos para atuar nesse novo processo de luto e morte (NAVARES; MARZAGÃO, 2020).

Antes de adentrar na revisão propriamente dita, é fundamental recorrer para o entendimento dos conceitos de morte e luto antes da pandemia. Assim, ao realizar um breve estudo, percebeu-se através da literatura mudanças do comportamento do indivíduo diante do processo de terminalidade. Durante muito tempo a morte foi marcada com naturalidade e ocorria na residência da pessoa falecida, onde era cercada por familiares e amigos (OSWALD, 2013; PORTO, LUSTOSA, 2020; SANTOS, 2020).

Freud (1914-1916) relatava que o luto está associado à perda de um objeto e não implica numa condição psicopatológica desde que depois de um determinado tempo, o sujeito se recupere desse estado. Por ser um processo lento e doloroso, é caracterizado por tristeza, raiva e afastamento de todo pensamento que não esteja intimamente ligado ao objeto perdido. Outra

consideração importante é a dificuldade da adoção de um novo objeto de amor, o que dificulta o sujeito a dar continuidade em sua vida.

Assim, a morte é carregada de valores sociais, culturais, morais, e os rituais nada mais são que uma forma de homenagem a pessoa falecida, com a finalidade de honrar o corpo, superar a morte e dar continuidade a vida de quem sofre o luto (FIOCRUZ, 2020a). Atualmente a ciência e a tecnologia atuam a fim de prolongar a vida do doente (OSWALD, 2020), contudo, no contexto pandêmico isso pode não adiantar, e muitas vezes os pacientes acabam falecendo no âmbito hospitalar completamente sozinhos. Deve-se ressaltar também que os grupos de risco não estão ligados necessariamente à idade avançada. A doença também é responsável por tirar a vida de crianças, adolescentes e adultos que possuem alguma comorbidade como asma, pressão alta, diabetes, dentre outros (FIOCRUZ, 2020a).

Em linhas gerais, o luto pode ser considerado o rompimento de vínculo com alguém ressaltando que é um processo único e individual (OSWALD, 2020). Dessa forma não é possível determinar um tempo para sua duração, pois esse processo depende e varia de pessoa para pessoa (CREMASCO, 2020). Além disso, no contexto pandêmico, o luto parece ser o resultado primário dos efeitos do coronavírus (BERTUCIO; RUNION, 2020).

O trabalho justifica-se pela importância de se falar sobre as temáticas de morte e luto, evitadas historicamente por diversas culturas e tão presentes nos dias atuais. Por fim, objetiva-se entender o processo de morte e luto no cenário da COVID-19 e como essas vivências atingem a saúde mental da sociedade que sofre a perda de pessoas próximas.

Metodologia

O artigo caracteriza-se como revisão integrativa, pois esse método sintetiza os resultados sobre uma temática, de modo a informar sobre determinado assunto e construir conhecimento (ERCOLE; MELO; ALCOFORADO, 2013). Ademais, por permitir estudos experimentais e não experimentais esse tipo de pesquisa traz uma compreensão ampla do fenômeno. O estudo foi realizado por meio de cinco etapas: (1) formulação da pergunta norteadora; (2) seleção do período e busca de artigos nas bases de dados; (3) análise e classificação dos materiais achados; (4) apresentação dos achados; (5) discussão dos materiais encontrados (WHITTEMORE; KNAFL, 2005).

Posto isso, a pergunta que norteia esse estudo é: “Como o processo de morte e luto na pandemia pode afetar a saúde mental dos indivíduos?”. Para responder a questão optou-se como

critérios de inclusão eleger artigos nacionais e internacionais, com recorte temporal dos últimos cinco anos, principalmente do ano de 2019 e 2020. Já como critérios de exclusão, não foram utilizados livros, reportagens ou outros materiais que fugissem da temática de morte e luto.

Ressalta-se a importância desse escrito, visto que os processos de morte e luto, se não elaborados, afetam diretamente a saúde mental da sociedade. Esse artigo se diferencia dos demais porque aborda as repercussões do coronavírus frente à morte e luto e como os sujeitos lidam com as situações difíceis na contemporaneidade.

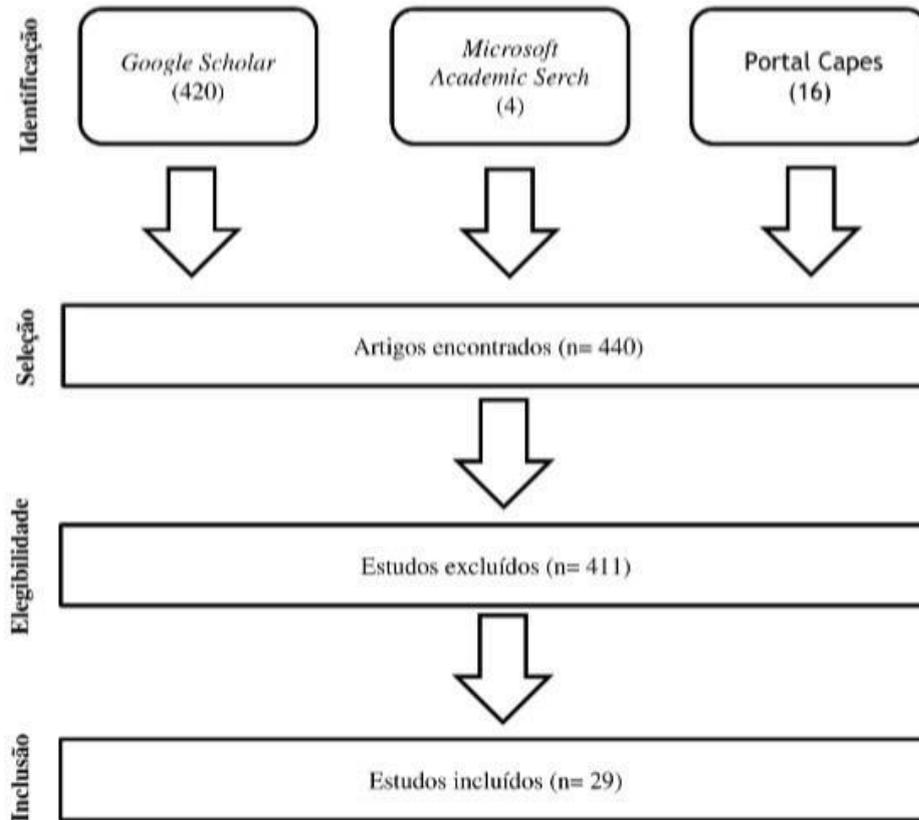
A revisão ocorreu nos meses de julho e agosto de 2020, nas plataformas *Google Acadêmico*, Portal Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) e *Microsoft Academic Serch*. Para isso, utilizaram-se os seguintes descritores em Ciências da Saúde (DeSC): Luto; Pandemias; Saúde Pública; Saúde Mental. O material selecionado após a busca nas bases de dados supracitadas foi lido na íntegra.

E por fim, após a revisão dos materiais teóricos formou-se três tópicos que serão apresentados nos resultados e discussão a seguir. Destaca-se ainda que revisão consistiu-se em três etapas: (i) identificação de artigos que retratam a temática da morte e luto; (ii) síntese, leitura e interpretação dos resultados encontrados; (iii) por fim, as análises temáticas foram construídas a partir da análise de conteúdo proposta por Bardin (2016) com as etapas de pré-análise, exploração do material e tratamento dos resultados.

Resultados e Discussão

A figura 1 apresentada abaixo relata o passo a passo da inclusão e exclusão dos artigos que resultaram em três subtítulos que serão apresentados na discussão teórica.

Figura 1. Etapas de seleção dos artigos para revisão integrativa



Fonte: Elaborada pelos autores, 2020.

Na revisão integrativa foram utilizados 29 documentos, sendo que 58,6 % dos estudos foram publicados em periódicos nacionais e 41,3 % em periódicos internacionais. No que se refere ao ano de publicação, percebe-se que 79,3 % dos artigos referem-se ao ano vigente, enquanto 20,6 % referem-se aos últimos cinco anos. No quadro abaixo se encontram mais informações sobre os documentos utilizados, autores em ordem alfabética e periódicos de publicação.

Quadro 1. Compilamento dos principais resultados encontrados na revisão de literatura

Autores	Ano	Título	Periódico
ABEC	2020	Guia para pessoas que perderam um ente querido em tempos de coronavírus, (COVID-19)	ABEC
BAJWA et al.,	2020	Managing the supportive care needs of those affected by COVID-19.	European Respiratory Journal
BRAZ; FRANCO	2017	Profissionais paliativistas e suas contribuições na prevenção do luto complicado.	Psicol., Ciênc. Prof.
BERTUCCIO; RUNION	2020	Considering grief in mental health outcomes of COVID-19.	Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy.
BURELL; SELMAN	2020	How do Funeral Practices Impact Bereaved Relatives' Mental Health, Grief and Bereavement? A Mixed Methods Review with Implications for COVID-19.	OMEGA—Journal of Death and Dying 2020.
CALA	2020	Apuntes para una política precaria del duelo en tiempos de Covid-19.	Modalidad de Máster
COSTA	2020	Apoio comunitário ao Combate a pandemia de Covid 19: Uma abordagem multicritério para escolha de navio da marinha do Brasil para atuação de Hospital de Campanha.	Revista Augustus
CREMASCO et al.,	2020	Luto na pandemia da COVID-19. Entrevista com a Prof. Dra. Marília Vigília Filomena Cremasco.	Pluralidades em saúde mental
CREPALDI et al.,	2020	Terminalidade, morte e luto na pandemia de COVID-19: demandas psicológicas emergentes e implicações práticas.	Rev. Estud. Psicol. (Campinas).
CRISPIN et al.,	2020	Comunicação difícil e COVID-19.	Recomendações práticas para comunicação e acolhimento em diferentes cenários da pandemia.
EISMA; BOELEN; LENFERINK.	2020	Prolonged grief disorder following the Coronavirus (COVID-19) pandemic.	Psychiatry Research.
FIOCRUZ	2020a	Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia COVID-19: orientações às/aos psicólogas/os hospitalares.	Fundação Oswaldo Cruz

FIOCRUZ	2020b	Guia de atenção Psicossocial para o enfrentamento da Covid-19.	Fundação Oswaldo Cruz
FIOCRUZ	2020c	Processo de luto no contexto do Covid-19	Fundação Oswaldo Cruz
GONÇALVES; OLIVEIRA; PINHEIRO	2020	Do Isolamento Social ao Crescimento Pessoal: Reflexões Sobre o Impacto Psicossocial da Pandemia.	Gazeta Médica
HOTT	2020	COVID-19: Complicando o rito da morte e o luto.	International Journal of medicine
MADRELL	2020	Bereavement, grief, and consolation: Emotional-affective geographies of loss during COVID-19.	Dialogues in Human Geography.
MENDES; SANTOS; MARBACK	2018	É preciso falar sobre morte: equipe de saúde e luto no hospital geral.	Seminário estudantil de produção acadêmica.
MENZIES; MENZIES	2020	Death anxiety in the time of COVID-19: theoretical explanations and clinical implications.	The Cognitive Behaviour Therapist
NAVARES; XAVIER; MARZAGÃO	2020	Mortes invisíveis em tempos insólitos da pandemia da COVID-19.	Editora Foco
OSWALD	2020	Bailar, con la más ferás? Duelo de vida y muerte en el contexto del COVID-19.	Notas de coyuntura del CRIM
SANTOS	2015	Morte a domicílio: dificuldades e desafios para familiares e equipes da saúde.	Trabalho de Conclusão de Curso
SASSI	2015	Possíveis contribuições do aconselhamento psicológico desenvolvido durante o ritual fúnebre aos enlutados.	Trabalho de conclusão de curso
SILVA; CARNEIRO; ZANDONINI	2017	O luto patológico e a atuação do psicólogo sob o enfoque da psicoterapia dinâmica breve.	Revista FAROL
SINGER; SPIEGEL; PAPA	2020	Preloss grief in family members of COVID-19 patients: Recommendations for clinicians and researchers.	Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy.
SIQUEIRA; AZEVEDO	2020	TERAPIA DO LUTO: Intervenções clínicas na elaboração do processo de luto.	Revista FAROL.
WALLACE et al.,	2020	White P. Grief during the COVID-19 pandemic: considerations for	Journal of Pain and Symptom Management.

		palliative care providers [Ahead of Print].	
WEINTRAUB et al.,	2015	Atuação do psicólogo em situações de desastre: reflexões a partir da práxis.	Comunic., saúde, Educ.
YARDLEY; ROLF	2020	Death and dying during the pandemic: New expressions of humanity help dispel fear and protect the mental health of bereaved families.	The bmj
ZHAL; DU	2020	Loss and grief amidst COVID-19: A path to adaptation and resilience.	Brain, Behavior, and Immunity

Fonte: Elaborada pelos autores, 2020.

Os impactos e mudanças na forma de vivenciar o luto e a morte devido à pandemia

É fundamental enfatizar que diversas vidas já foram perdidas, com isso a morte tem se tornado um dos temas centrais na rede midiática do Brasil e do mundo (CALA, 2020). Cabe salientar também que a pandemia é um desafio ao sistema de saúde brasileiro (COSTA; MAEDA; TEIXEIRA; SANTOS, 2020). Assim, diante da ausência de vacinas, medidas preventivas de isolamento social e distanciamento foram adotadas com a finalidade de prevenir a disseminação do vírus (FIOCRUZ, 2020), e minimizar o número de mortes (CRISPIN et al., 2020). Ademais, todas as políticas utilizadas para frear o vírus, podem transformar-se em um contexto de estresse, perdas de empregos, medo da contaminação e disseminação (EISMA; BOELEN; LENFERINK, 2020).

A humanidade é aversiva a incertezas e imprevisibilidades (GONÇALVES; OLIVEIRA; PINHEIRO, 2020). Contudo, essas são as características do cenário atual, que vem sendo experienciado com perdas, inseguranças e ansiedade em relação ao futuro (BERTUCCIO; RUNION, 2020; FIOCRUZ, 2020a). É importante ressaltar, que historicamente temas como morte, violência e desigualdade foram evitados (OSWALD, 2020) e hoje propagam nas mídias sociais. Diante de todas essas mudanças supracitadas, a única certeza é a finitude.

Em linhas gerais, a forma como as pessoas enfrentam a morte e o luto depende da cultura, da relação com a pessoa falecida e da classe econômica. Todavia, o contexto é atípico, e como se fosse pouco, até a forma de despedida foi modificada devido à contaminação do coronavírus (GONÇALVES; OLIVEIRA; PINHEIRO, 2020; NAVARES; XAVIER;

NARVAGÃO; 2020; OSWALD, 2020; ZAL; DU, 2020) restringindo ou impossibilitando que os familiares tenham o último contato com o familiar ou amigo falecido (ABEC, 2020). Dessa maneira, muitas pessoas não estão conseguindo ritualizar a morte (CREMASCO; 2020; HOTT; YARDLEY; ROLF, 2020), nem se conectar com sua dor, que é fundamental na vivência da perda (ABEC, 2020). Salienta-se também a vivência de outras perdas, como formaturas, reuniões de família, casamentos, que assim como o luto podem ser impactantes na saúde mental da coletividade (BERTUCCIO; RUNION, 2020).

Ressalta-se que o luto não vivenciado tem suas consequências negativas para a saúde mental (HOTT, 2020). Entre elas está o Transtorno de Luto Prolongado (TLP) que compromete o bem estar físico e psíquico do indivíduo (FIOCRUZ, 2020c). Assim, a preocupação, culpa e angústia de não poder fazer nada pelo falecido são características emocionais intensas que se estendidas podem indicar o TLP (EISMA; BOELEN; LENFERINK, 2020).

Posto isso, destaca-se que a maioria das pessoas são resilientes, e se adaptam a situações novas, mesmo que passem por momentos difíceis, recuperam-se naturalmente em um curto espaço de tempo. Todavia, outras pessoas podem sentir a morte de um parente ou amigo de forma muito mais intensa e prejudicial (SINGER; SPIEGEL; PAPA; 2020). Assim, a sociedade, mesmo que não esteja diretamente enlutada, experimenta perdas econômicas, sociais culturais e pessoais de grande importância (MADREL, 2020). Perante as mudanças provocadas na forma de sentir e vivenciar o luto, o estresse emocional possibilita um ambiente que facilita a formação de transtornos psíquicos (EISMA; BOELEN; LENFERINK, 2020). Considerando todas as características supracitadas, na pandemia atual, se o luto não for bem elaborado, essa pode ser uma realidade experienciada por muitos indivíduos.

Outro tipo de sofrimento psicológico que vem sendo estudado é a ansiedade de morte, que tem se intensificado por causa do coronavírus. Assim, o medo de morrer tem sido um fator causal na saúde mental de muitas pessoas em tempos de pandemia (MENZIES; MENZIES, 2020). Tal como, o receio do familiar doente, estar sozinho na hora da morte. Para minimizar esse sentimento de impotência, os profissionais de saúde vêm exercendo um trabalho significativo, pois além de se fazerem presentes, tranquilizam as famílias (CRISPIN, et al., 2020; YARDLEY; ROLF, 2020).

Em decorrência disso, é importante destacar que as pessoas enlutadas estão experienciando tristeza, culpa, desamparo, negação e até mesmo esgotamento físico e mental diante do cenário de perdas de seus entes queridos. Sabe-se que o caminho de luto não é um processo fácil, e é necessário tempo para se restabelecer desse período, bem como ficar atento

aos comportamentos do enlutado. No caso desses sintomas se intensificarem deve-se procurar ajuda psicológica (BURELL; SELMAN, 2020; CREMASCO, 2020; IBEC, 2020).

Com a finalidade de manter a saúde mental da população e entendendo que os rituais de despedida são importantes para a expressão e compartilhamento de sentimentos, alguns estudos sugerem ações que podem minimizar a dor da perda. Assim, pode-se confiar em alguém da funerária para leitura de uma carta na hora do enterro, ou até mesmo colocar algum item pessoal junto ao caixão (IBEC, 2020). Pode ser realizada uma cerimônia virtual, sem a presença da pessoa falecida, onde os enlutados possam fazer trocas e sentir a perda (CREMASCO, 2020; CRISPIN et al., 2020). Ou até mesmo pessoas próximas podem escrever uma carta ou telefonarem mostrando-se presentes nesse momento (IBEC, 2020).

É relevante mencionar que a tecnologia pode ser um elemento facilitador no enfrentamento do luto, embora não impeça a morte, pode minimizar a dor de quem perdeu um ente querido (CALA, 2020). Assim, se a contatação presencial não é possível no momento, pode-se utilizar de visitas virtuais por meio de aparelhos tecnológicos como o *Skype*, *Hangout*, *Zoom*, dentre tantos outros aplicativos (CRISPIN et al., 2020). Dado que perder alguém é uma experiência que precisa ser compartilhada e vivenciada respeitosamente, por meio de olhares e palavras carinhosas, mesmo que virtualmente (FIOCRUZ, 2020a).

Em função das perdas, lamenta-se que nem todas as pessoas enlutadas e necessitantes de apoio psicológico possuam o atendimento. Contudo, desde o início da pandemia tem se priorizado a saúde mental da população. Dessa forma, palestras, atendimentos psicológicos e até mesmo redes de apoio são ofertadas de forma virtual e gratuita, com a finalidade de minimizar os impactos ocasionados pelo coronavírus (OSWALD, 2020). A pandemia e as perdas podem continuar por algum tempo, mas é importante nesse contexto o reconhecimento da singularidade do sofrimento de cada indivíduo, buscando sempre promover a saúde mental. Ademais, ressaltam que diante de um cenário de perdas, é importante destacar que cada morte que ocorreu foi uma vida importante (YARDLEY; ROLF, 2020).

Por fim, ao fazer uma analogia do supracitado pensamento freudiano com o panorama atual, percebe-se que o mundo está de luto, e que nesse caminho vários objetos foram perdidos. Dentre essas perdas, encontram-se as formas de socialização, de comunicação, de relacionamento, de trabalho e estudo e a própria forma de vivenciar o que foi perdido. É necessário para o bem da saúde mental a adoção de novos objetos, e a tecnologia vem sendo a ferramenta mais utilizada nesse sentido.

Saúde Coletiva: Percepção do luto no grupo familiar diante da perda de quem está situado em grupos de risco

Para o enfrentamento da pandemia do novo coronavírus a população necessita de funções que se fazem essenciais, no que se refere aos serviços de saúde pública e hospitalar. Desse modo, esses serviços possuem um ambiente restrito e como muitos cuidados para o atendimento de pessoas suspeitas ou contaminadas pelo vírus (SANTOS, 2015). No entanto, todas as ações são realizadas em prol da saúde física, mental e do bem estar dos indivíduos, pois os contaminados pelo vírus, que chegam aos serviços geralmente estão amedrontadas e em pânico, devido aos agravos que a doença pode desenvolver no sujeito (WALLACE et al., 2020). Além de apresentar sentimento de solidão e frustração desencadeadas pela mudança na rotina e do distanciamento social (CREPALDI et al., 2020).

Assim, o contexto da pandemia produz adoecimentos e óbitos em diferentes sujeitos do grupo familiar (FIOCRUZ, 2020b) Pessoas acima de 60 anos se enquadram no grupo de risco, mesmo que não possuem nenhum problema de saúde associados, pois devido à idade estão mais propensos aos agravos na saúde física (CREPALDI et al., 2020). Para esse grupo em específico ficar isolado, em muitos casos se torna um desafio, visto que a rede de apoio algumas vezes é pequena ou vivem distantes de seus familiares, nessas situações o cumprimento de medidas de proteção e isolamento social se torna inviável e complexo (FIOCRUZ, 2020b). Compreende-se que nem todos os idosos abdicam de uma condição financeira alta para custear serviços de entregas a domicílio, portanto muitos deles passam a se expor ao risco de infecções pelo coronavírus (CALA, 2020). É importante destacar que o idoso que passa por uma ruptura na convivência social, pode estar muito mais vulnerável emocionalmente. Para esse grupo a pandemia pode ser sinônimo de ansiedade, depressão e angústia. Tudo isso somado ao luto, as perdas e o distanciamento físico de seus amigos e familiares podem levar esses indivíduos a atentar contra a própria vida (BAJWAH et al., 2020). A mudança de humor, o desejo de morte, a perda do sono e de peso podem sinalizar uma saúde mental afetada do idoso (FIOCRUZ, 2020a).

Além, do grupo de idosos encontram-se outros sujeitos de qualquer faixa etária que tenham comorbidades relacionadas, tais como, cardiopatia, pneumopatia, doença neurológica ou renal, diabetes, imunodepressão, asma, obesidade, entre outras doenças (WALLACE et al., 2020). Essas pessoas precisam redobrar os cuidados em relação ao distanciamento físico, bem

como utilizar das inúmeras medidas de proteção e prevenção frente ao vírus do Covid-19 (CREPALDI et al., 2020).

No que se refere aos óbitos de pessoas jovens, estudos mostram que a morte de indivíduos de faixa etária infantil e juvenil pode desencadear efeitos traumáticos nos familiares (LIU et al., 2020). Embora a taxa de mortalidade devido à pandemia do Covid-19, para esse grupo de pessoas seja baixo, se crianças e adolescentes tiverem problemas de saúde associados ou estiverem com baixa imunidade podem levar os mesmos ao óbito da mesma forma que pessoas acima de 60 anos de idade (FIOCRUZ, 2020b).

Quando se trata das perdas de pessoas tão jovens de um modo abrupto e inesperado, a família inteira pode ter dificuldades de elaborar o luto. As crianças podem regredir em seus comportamentos, e assim voltar a urinar na cama, chupar os dedos e até apresentar uma fala infantilizada para a idade (ABEC, 2020). Para os adolescentes, que já esbarram nas mudanças corporais, lidar com a morte de alguém é um processo difícil. Além de tudo, somado a outras situações causadoras de estresse e ansiedade, onde não conseguem sequer um espaço para conectar e entender todas essas vicissitudes. No desespero e por se sentirem inermes diante do contexto pode tentar o suicídio (FIOCRUZ, 2020b).

Aos pais cabe o monitoramento do comportamento de seus filhos, uma atividade um tanto quanto difícil, visto que as crianças podem exigir mais atenção, não conseguindo expressar seus sentimentos. Já os adolescentes esbarram em uma faixa temporal onde se é comum as mudanças de humor e o tempo que se isola do mundo em seus quartos (ABEC, 2020). É fundamental refletir que os pais podem acabar perdendo seus filhos prematuramente na pandemia, o cuidado e a forma como se é noticiada a perda são fundamentais no processo de elaboração do luto (CRISPIN, et al., 2020).

É importante destacar que com o aumento da idade e comorbidades associadas há maior probabilidade de chances de contaminação e morte (BAJWAH et al., 2020). Frente a essa situação muitas pessoas se encontram com um grau extremo de vulnerabilidade, no que diz respeito às condições biopsicossociais dos sujeitos (FIOCRUZ, 2020b).

. Em linhas gerais, os múltiplos casos de mortes, geram na rede familiar e sócio afetivas desamparo e sofrimentos psicológicos. Assim, o luto consiste em um processo de adaptações diante da perda, de modo que pode gerar sofrimentos aos sujeitos e em muitos casos as pessoas que perdem entes queridos necessitam de acompanhamento terapêutico para conseguirem elaborar a perda (BAJWAH et al., 2020).

Diante de tudo que foi apresentado, ressalta-se que a forma de vivenciar, perceber e sentir o luto é particular, permeada por sentimentos de tristeza, revolta, raiva e incertezas. Não existe tempo definido para o luto, assim, aos poucos o curso de vida vai se estabelecendo e a família vai retomando sua rotina.

Breve contextualização da temática sobre morte e luto e possíveis implicações das intervenções no campo psicológico

Independente de circunstância a perda é um processo extremamente doloroso para o indivíduo, principalmente se estiver relacionada às pessoas próximas onde é depositado afeto (SILVA; CARNEIRO; ZANDONINI, 2017). Desde muito cedo, pode existir certa evitação dos pais em falar sobre a morte com os filhos, ou mesmo permitir que experienciam a perda, muitos dos cuidadores omitem a morte de parentes próximos das crianças. Cabe salientar que elas nos seus primeiros anos de vida, podem demorar a entender os processos de morte e luto, no entanto, se faz necessário a discussão sobre a perda, para que compreendam melhor o que acontece à sua volta (FIOCRUZ, 2020b).

Essa realidade pode ser experienciada também no campo acadêmico, principalmente na área da saúde. A preparação profissional pode ser insuficiente para tratar dos processos de morte e luto, pois as faculdades tendem a debater minimamente as temáticas, de modo a formar profissionais que não conseguem auxiliar os pacientes quando passam por essas vivências (BRAZ; FRANCO, 2020). Ao afunilar a discussão, percebe-se que essa realidade também pode ser experienciada pelos profissionais de Psicologia (SIQUEIRA; AZEVEDO, 2020).

As grades curriculares podem ser deficitárias no debate da temática, desse modo são restritos os conteúdos abordados por meio das disciplinas vistas durante a graduação que enfatizam o assunto de morte e luto (BRAZ; FRANCO, 2020). Assim, a ausência desses conhecimentos científicos implica negativamente nos atendimentos futuros, já que muitas vezes os profissionais foram treinados para trabalhar com questões de vida e não da morte (MENDES; SANTOS; MARBACK, 2018).

Ademais, sabe-se que a Psicologia é deficitária em assuntos de desastres e emergências, contudo cada vez mais a clínica está sendo procurada por pessoas que passaram por momentos de perda e que buscam ajuda psicológica (SIQUEIRA; AZEVEDO, 2020). Nesse sentido, é fundamental por parte do psicólogo um bom preparo. Isso significa promover amparo e compreensão dos sentimentos dos enlutados (SASSI, 2015). Ademais, independente da situação

o profissional da saúde mental deve levar em consideração à escuta, adaptar suas ações ao contexto imposto e estar preparado para vivenciar a tristeza, desespero, dor e luto (WEINTRAUB, 2020).

Além disso, o psicólogo também pode contribuir frente à comunicação de notícias difíceis para os familiares e pacientes, no qual pode favorecer o enfrentamento do processo de falecimento e luto, bem como auxiliar na elaboração do mesmo (SASSI, 2015). Por isso a ressalva da importância de falar sobre a morte, independente de âmbito, seja familiar ou acadêmico. A compreensão e a experimentação desse processo podem facilitar a vivência pessoal e profissional, principalmente em momentos de crise como na atual pandemia (MENDES; SANTOS; MARBACK, 2018).

O acompanhamento psicológico tem como finalidade promover uma relação de auxílio que visa facilitar uma readaptação mais satisfatória ao indivíduo que esteja vivenciando uma situação de luto, devido à perda de alguém pelo vírus do Covid-19 (CREPALDI, 2020; SASSI, 2015). Posto isso, cabe ressaltar que no cenário atual é de extrema importância profissional estar preparado para lidar com assuntos de perdas, morte e luto. Tudo isso pode colaborar para evitar danos à saúde mental de familiares e amigos que perderam pessoas próximas, prevenindo assim que sujeitos desenvolvem manifestações de sintomas psicopatológicos futuros, tais como, depressão, ansiedade, alterações no sono e alimentação, assim como mudanças comportamentais (SIQUEIRA; AZEVEDO, 2020).

Por fim, destaca-se que o luto é mais que a perda de algo ou alguém, caracteriza-se também como a perda de sonhos, de objetivos e de perspectivas. Tudo isso pode afetar a saúde mental do indivíduo, por isso a importância de vivenciar o luto, de ter uma rede de apoio e da preparação dos profissionais da saúde.

Conclusões

Conclui-se, através do que a literatura aponta, que os processos de morte e luto estão sendo vivenciados de maneira atípica. O cenário da pandemia está impossibilitando que os familiares e amigos estejam por perto no momento da última despedida. Como se fosse pouco, os ritos funerários, que são uma maneira de lidar com a morte e o luto, estão limitados para pessoas próximas ou nem ocorrem dependendo da situação da contaminação e disseminação do vírus. Diante do exposto, a maior preocupação nesse panorama são os impactos na saúde mental

a médio e longo prazo dos enlutados. Diversos estudos apontam que se o luto não é vivenciado, existem implicações no bem estar físico e psíquico do sujeito. Em face disso, é necessário adaptação e um bom acompanhamento psicológico.

Contudo, a maior objeção de muitos profissionais pode estar relacionada com a maneira de lidar com a morte e o luto. Uma vez que, desde criança, assuntos como a termalidade e finitude são evitados na maioria das culturas. Na vida acadêmica essa realidade não é diferente, e acaba por formar profissionais da saúde inermes diante de situações desafiadoras, como a atual pandemia. Salienta-se a importância de falar sobre morte e morrer em todos os contextos, bem como vicissitudes na grade curricular de profissionais da saúde que futuramente acabam tendo dificuldades em lidar com esses temas.

Em face de minimizar os impactos na saúde mental gerados pelas perdas, algumas atitudes podem ser pensadas, não só pela equipe de saúde, como também pela sociedade. Assim, telefonemas, cartas e até mesmo visitas virtuais podem ser maneiras de possibilitar a vivência do luto. Cabe destacar aqui, que as pessoas consideradas grupos de riscos, podem sentir-se amedrontadas ou em pânico diante do que as redes midiáticas expõem somado a isso podem acabar perdendo pessoas de seu grupo familiar ou amigos. A presença, mesmo que virtual e o acompanhamento psicológico são de suma importância.

Por fim, no que se refere às limitações, destaca-se uma literatura nacional ainda empobrecida sobre a temática na atualidade, por isso a importância de discutir o assunto. Destaca-se a relevância de outros estudos que relacionem a saúde mental aos processos de morte e luto no panorama do coronavírus.

Referências

ABEC. Associação Brasileira de Estudos Cemiteriais. **Guia para pessoas que perderam um ente querido em tempos de coronavírus, (COVID-19)**, p.1-53, 2020. Disponível em: <https://seguraaonda.com.br/wp-content/uploads/2020/05/guia-vitimas-final.pdf>. Acesso em: 23 jul. 2020.

BAJWAH, S.; WILCOCK, A.; TOWERS, R.; COSTANTINI, M.; BAUSEWEIN, C.; SIMON, S. T.; HIGGINSON, I. J. Managing the supportive care needs of those affected by COVID-19. **European Respiratory Journal**, n. 55, p. 2000815, 2020. Disponível em: <https://dx.doi.org/10.1183/13993003.00815-2020>. Acesso em: 02 jul. 2020.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Ed. 70, 2016.

BERTUCCIO, R. F.; RUNION, M. C. Considering grief in mental health outcomes of COVID-19. **Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy**, v. 12, n. S1, p. S87-S89, 2020. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/fulltext/2020-37338-001.pdf>. Acesso em: 05 jul. 2020.

BRAZ, M. S.; FRANCO, M. H. P. Profissionais paliativistas e suas contribuições na prevenção de luto complicado. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 37, n. 1, p. 90-105, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-3703001702016>. Acesso em: 02 ago. 2020.

BURRELL, A.; SELMAN, L. E. How do Funeral Practices impact Bereaved Relatives' Mental Health, Grief and Bereavement? A Mixed Methods Review with Implications for COVID-19. **OMEGA-Journal of Death and Dying**, v.0, n. 0, p. 1-39, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1177%2F0030222820941296>. Acesso em: 09 ago. 2020.

CALA, J. M. Notas para uma política precária de luto em tempos de covid-19. In: **Pandemia, globalização, ecologia: o que pensa a hermenêutica crítica? 34 filósofos e filósofos respondem a essas perguntas**. UNED, Universidade Nacional de Educação a Distância, 2020. p. 85-94. Disponível em: <https://www.catedradehermeneutica.org/wp-content/uploads/2020/05/Moscoso-Cala-Javier-Apuntos-para-una-poli%CC%81tica-precaria-del-duelo-Pandemia-Globalizacio%CC%81n-y-Ecologi%CC%81a.-Hercritia.pdf>. Acesso em: 24 ago. 2020.

COSTA, I. P. A.; MAEDA, S. M. N.; TEIXEIRA, L. F. H. S. B.; SANTOS, M. Apoio comunitário ao Combate à pandemia de Covid-19: Uma abordagem multicritério para escolha de navio da Marinha do Brasil para atuação de Hospital de Campanha. **Revista Augustus**, v. 25, n. 51, p. 56-78, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.15202/1981896.2020v25n51p56>. Acesso em: 10 ago. 2020.

CREMASCO, M. D. F. Luto na pandemia da COVID-19. **Entrevista com a Prof. Dra. Marília Vigília Filomena Cremanco**. **Rev. PsicoFAE**, v.9, n.1, p-7-17, 2020 Disponível em:DOI: 10.17648/2447-1798-revistapsicofae-v9n1-1

CREPALDI, M. A.; SCHMIDT, B.; NOAL, D. D. S.; BOLZE, S. D. A.; GABARRA, L. M. Terminalidade, morte e luto na pandemia de COVID-19: demandas psicológicas emergentes e implicações práticas. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 37, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200090>. Acesso em: 06 ago. 2020.

CRISPIM, D.; SILVA, M. J. P.; CEDOTTI, W.; CÂMARA, M.; GOMES, J. P. Comunicação difícil e Covid-19. **Recomendações práticas para comunicação e acolhimento em diferentes cenários da pandemia**, p. 1-28, 2020. Disponível em: <https://ammg.org.br/wp-content/uploads/comunica%C3%A7%C3%A3o-COVID-19.pdf.pdf>. Acesso em: 02 ago. 2020.

EISMA, M. C.; BOELEN, P. A.; LENFERINK, L. I. M. Prolonged grief disorder following the Coronavirus (COVID-19) pandemic. **Psychiatry Research**, v. 288, p. 113031, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113031>. Acesso em: 27 ago. 2020.

ERCOLE, F. F.; MELO, L. S de; ALCOFORADO, C. L. G. C. Revisão integrativa versus revisão sistemática. **Revista Mineira de Enfermagem**, v. 18, n. 1, p. 9-12, 2014. Disponível em: <http://www.reme.org.br/artigo/detalhes/904>. Acesso em: 05 ago. 2020.

FIOCRUZ. Fundação Oswaldo Cruz. **Guia de atenção Psicossocial para o enfrentamento da Covid-19.** 2020a. Disponível em: https://portal.fiocruz.br/sites/portal.fiocruz.br/files/documentos/cartilha_recomendacoes_gerais_06_04.pdf. Acesso em: 02 jul. 2020.

_____. Fundação Oswaldo Cruz. **Guia de atenção Psicossocial para o enfrentamento da Covid-19. Processo de luto no contexto do Covid-19,** 2020c. Disponível em: <http://renastonline.ensp.fiocruz.br/sites/default/files/arquivos/recursos/saude-mental-e-atencao-psicossocial-na-pandemia-covid-19-processo-de-luto-no-contexto-da-covid-19.pdf>. Acesso em: 02 ago. 2020.

_____. Fundação Oswaldo Cruz. **Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia COVID-19: orientações às/aos psicólogas/os hospitalares,** 2020b. Disponível em: <https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/42362>. Acesso em: 09 ago. 2020.

FREUD, S. **Introdução ao narcisismo, ensaios de metapsicologia e outros textos.** Companhia das letras; 1914-1916.

GONÇALVES, M.; OLIVEIRA, M. A.; PINHEIRO, A. P. Do Isolamento Social ao Crescimento Pessoal: Reflexões Sobre o Impacto Psicossocial da Pandemia. **Gazeta Médica,** v. 2, n. 7, p. 151-155, 2020. Disponível em: <https://www.gazetamedica.pt/index.php/gazeta/article/view/359>. Acesso em: 02 jul. 2020.

HOTT, M. C. M. COVID-19: Complicando o rito da morte e o luto. **InterAmerican Journal of Medicine and Health,** v. 3, 2020. Disponível em: <https://www.iajmh.com/iajmh/article/view/121>. Acesso em: 24 ago. 2020.

LIU, J. J.; BAO, Y.; HUANG, X.; SHI, J.; LU, L. Mental health considerations for children quarantined because of COVID-19. **The Lancet Child & Adolescent Health,** v. 4, n. 5, p. 347-349, 2020. Disponível em: [https://dx.doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30096-1](https://dx.doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30096-1). Acesso em: 01 jul. 2020.

MADDRELL, A. Bereavement, grief, and consolation: Emotional-affective geographies of loss during COVID-19. **Dialogues in Human Geography,** v. 10, n. 2, p. 107-111, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1177%2F2043820620934947>. Acesso em: 29 jul. 2020.

MENDES, E. K. R. de.; SANTOS, D.T.; MARBACK, R. F. É preciso falar sobre a morte: equipe de saúde e luto no hospital geral. **Seminário Estudantil de Produção Acadêmica,** v. 17, 2018. Disponível em: <https://revistas.unifacs.br/index.php/sepa/article/view/5505/3625>. Acesso em: 30 ago. 2020.

MENZIES, R. E.; MENZIES, R. G. Death anxiety in the time of COVID-19: theoretical explanations and clinical implications. **The Cognitive Behaviour Therapist,** v. 13, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1017/S1754470X20000215>. Acesso em: 09 jul. 2020.

NAVARES, A. L. M.; XAVIER, M. P.; MARZAGÃO, S. P. In: BARBOSA, H. H.; ALMEIDA, V. Mortes invisíveis em tempos insólitos da pandemia da COVID-19. **Impactos sofridos pelos familiares. Coronavírus: impactos no direito de família e sucessões.** Editora Foco, 2020, p. 359-370.

ORSINI, M.; FILHO, J. S.; CASTRO, R. R. C.; NASCIMENTO, J. F. Narrativas sobre o processo vida e morte marginal durante a pandemia por covid-19. **Revista Augustus**, v. 25, n. 51, p. 370-380, 2020. Disponível em: <https://sagaweb.unisuam.edu.br/index.php/revistaaugustus/article/view/583>. Acesso em: 26 jul. 2020.

OSWALD, W. **Sobre morte e morrer**. Fundação Francisco Manuel, 2013.

OSWALD, S. E. S. Bailar, con la más ferás?. Duelo de vida y muerte en el contexto del COVID-19. **Notas de coyuntura del CRIM**, n. 7, p. 1-7, 2020. Disponível em: <https://covid19.humanidades.unam.mx/covid19/2020/05/24/bailar-con-la-mas-fea-duelo-y-muerte-en-el-contexto-del-covid-19-122/>. Acesso em: 02 ago. 2020.

PORTO, G.; LUSTOSA, M. A. Psicologia hospitalar e cuidados paliativos. **Revista da SBPH**, v. 13, n. 1, p. 76-93, 2010. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582010000100007. Acesso em: 02 jul. 2020.

SANTOS, A. L. **Morte a domicílio: dificuldades e desafios para familiares e equipes da saúde**. 2015. 22 f. Monografia. (Trabalho conclusão do curso de Especialização em Atenção Domiciliar com Ênfase na Gestão em Redes) - Centro de Educação Tecnológica e Pesquisa em Saúde – Escola GHC Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Sul – câmpus Porto Alegre. Disponível em: <http://docs.bvsalud.org/biblioref/colecionasus/2015/35526/35526-1182.pdf>. Acesso em: 02 jul. 2020.

SASSI, F. Possíveis contribuições do aconselhamento psicológico desenvolvido durante o ritual fúnebre aos enlutados. **Revista de Psicologia**, 2014. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/TL0377.pdf>. Acesso em: 29 jul. 2020.

SILVA, S.; CARNEIRO, M. I. P.; ZANDONADI, A. C. O luto patológico e a atuação do psicólogo sob o enfoque da psicoterapia dinâmica breve. **Revista Farol**, v. 3, n. 3, p. 142-157, 2017. Disponível em: <http://www.revistafarol.com.br/index.php/farol/article/view/42/63>. Acesso em: 01 jul. 2020.

SINGER, J.; SPIEGEL, J. A.; PAPA, A. Preloss grief in family members of COVID-19 patients: Recommendations for clinicians and researchers. **Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy**, v. 12, n. S1, p. 90-93, 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1037/tra0000876>. Acesso em: 18 jul. 2020.

SIQUEIRA, A. C.; AZEVEDO, D. F. Terapia do luto: Intervenções clínicas na elaboração do processo de luto. **Revista FAROL**, v. 9, n. 9, p. 341-355, 2020. Disponível em: <http://revistafarol.com.br/index.php/farol/article/view/154>. Acesso em: 29 ago. 2020.

WALLACE, C. L.; WLADKOWSKI, S.P.; GIBSON, A.; WHITE P. Grief during the COVID-19 pandemic: considerations for palliative care providers. **Journal of pain and symptom management**, v. 60, n. 1, p. e70-e76, 2020. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0885392420302074>. Acesso em: 09 ago. 2020.

WEINTRAUB, A. C. A. de M.; NOAL, D. S.; VICENTE, L. N.; KNOBLOCH, F. Atuação do psicólogo em situações de desastre: reflexões a partir da práxis. **Interface-Comunicação, Saúde, Educação**, v. 19, p. 287-298, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1807-57622014.0564>. Acesso em: 29 jul. 2020.

WHITTEMORE, R.; KNAFL, K. The integrative review: updated methodology. **Journal of advanced nursing**, v. 52, n. 5, p. 546-553, 2005. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1365-2648.2005.03621.x>. Acesso em: 10 ago. 2020.

YARDLEY. S.; ROLF, M. Death and dying during the pandemic: New expressions of humanity help dispel fear and protect the mental health of bereaved families. **The bmj**, p. 1-2, 2020. Disponível em: <https://www.bmj.com/content/bmj/369/bmj.m1472.full.pdf>. Acesso em: 27 jul. 2020.

ZHAI, Y.; DU, X. Loss and grief amidst COVID-19: A path to adaptation and resilience. **Brain, behavior, and immunity**, v. 87, p. 80-81, 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7177068/>. Acesso em: 17 ago. 2020.



Como citar este artigo (Formato ABNT):

DANZMANN, Pâmela Schultz; SILVA, Ana Claudia Pinto da; GUAZINA, Félix Miguel Nascimento. Implicações da morte e luto na saúde mental do sujeito frente à pandemia . **Id on Line Rev.Mult. Psic.**, Maio/2021, vol.15, n.55, p. 33-51. ISSN: 1981-1179.

Recebido: 01/03/2021;

Aceito: 10/03/2021.