

## **Cartilha de Apoio às Famílias para Como Superar o Luto pela Perda das Vítimas Causadas pelo Novo Coronavírus (COVID-19) <sup>1</sup>**

Joshuan Leonardo Gonçalves Dominice <sup>2</sup>

Luciano Reis Lobato <sup>3</sup>

Renato Viana Domingues <sup>4</sup>

Revylla Aline dos Santos Campos <sup>5</sup>

Sérgio Mendes Lindoso <sup>6</sup>

### **RESUMO**

A doença causada pelo novo coronavírus (COVID-19), tem sido considerada uma grave crise sob o ponto de vista epidemiológico e, também, psicológico. Além das perdas em massa em curto espaço de tempo, as dificuldades para a realização de rituais de despedida entre pessoas na eminência da morte e seus familiares, podem dificultar a experiência do luto. Discute-se então, a importância de potencializar formas alternativas e respeitadas para ritualização dos processos vividos, para ressignificar perdas e enfrentar desafios durante e após a vigência da pandemia.

**PALAVRAS-CHAVE:** Luto; Coronavírus; Orientação; Psicologia.

O luto é um conjunto de sentimentos e emoções que ocorre após a morte de alguém. Seu processo é longo e preciso para que a ausência seja superada sem pressa, respeitando o seu limite emocional (MAIA et al., 2021).

Os rituais de despedidas são necessários para que o processo de luto seja iniciado. Esses rituais contêm elementos tradicionais e familiares que contribuem para a aceitação da perda. As principais funções dos rituais são marcar a perda de um membro familiar, facilitar a expressão pública do sofrimento e possibilitar que o falecido seja lembrado, dividindo a dor com outras pessoas (NASCIMENTO et al., 2020).

Por outro lado, o impedimento desses rituais pode trazer sérios impactos na saúde mental das pessoas. É o que vem acontecendo em relação às mortes provocadas pela COVID-19, então logo nos deparamos com mais um obstáculo. Como enfrentar a perda de alguém em tempos de pandemia, onde o último adeus foi extinto (NASCIMENTO et al., 2020).

Dentre os principais desafios do processo de possível perda, destaca-se o isolamento vivenciado em muitos casos, o que dificulta as conversações no final da

---

<sup>1</sup> Trabalho apresentado para Conclusão do Curso de Gestão Hospitalar. Ano 2021.1

<sup>2</sup> Aluno do Curso de Gestão Hospitalar da Faculdade Laboro, e-mail: joshuan0560@aluno.laboro.edu.br

<sup>3</sup> Aluno do Curso de Gestão Hospitalar da Faculdade Laboro, e-mail: luciano0750@aluno.laboro.edu.br

<sup>4</sup> Aluno do Curso de Gestão Hospitalar da Faculdade Laboro, e-mail: renato0369@aluno.laboro.edu.br

<sup>5</sup> Aluno do Curso de Gestão Hospitalar da Faculdade Laboro, e-mail: revylla0134@aluno.laboro.edu.br

<sup>6</sup> Aluno do Curso de Gestão Hospitalar da Faculdade Laboro, e-mail: sergio6144@aluno.laboro.edu.br

vida. Porém, quando disponíveis, recursos como smartphones ou computadores vêm sendo utilizados, de forma a possibilitar a manutenção de contato com a rede socioafetiva, por meio de telefonemas, mensagens de texto, áudio e vídeo. É sugerido a realização de teleconferência, o envio de cartas ou mesmo de objetos que representem a ligação emocional entre o enfermo e os membros da sua rede familiar, para serem mantidos junto ao leito ou no caixão, como símbolo da conexão contínua entre eles (FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ, 2020).

Schmidt et al. (2020) afirmam que um aspecto frequente nesse contexto da pandemia é a ocorrência de adoecimento e óbito de diferentes pessoas em um mesmo núcleo familiar, o que traz reações adicionais aos processos de despedida e à adaptação às perdas. A família costuma ser afetada duplamente, pelo agravamento do quadro de saúde do doente e pelo medo de que outros familiares estejam infectados. As repercussões negativas geradas nesses casos podem ser potencializadas, a depender da fase do ciclo de vida e das funções desempenhadas na família pela pessoa que faleceu.

Impossível falar de luto e morte sem falar de vida, pois um parte do outro. Encarar a morte, falar sobre ela, é de uma dificuldade muito grande, focar o pensamento a respeito os tornando sombrios, tendo também dificuldade em aceitar que todos passaremos por ela. Por isso é importante falar sobre a vida, viver sem pressa, sem cobranças, sem culpa, a cada segundo aproveitar estar com quem é querido, instantes como esses podem marcar uma trajetória (ORSINI et al., 2020).

Pode ser complicado para a pessoa que vive o luto e até mesmo para os que estão próximos a ela, entenderem a parte de que momento é necessário buscar apoio psicológico. Isso porque, diferente do consenso de antigamente, não podemos estabelecer um tempo "saudável" para que a perda seja elaborada e o luto termine. O que precisamos observar é a intensidade e os efeitos que aquele luto gera na vida da pessoa (DANTAS e CASSORLA, 2020).

O momento de se preocupar é quando o luto coloca a vida ou a saúde das pessoas em risco, ou seja, quando há indícios do desenvolvimento de doenças, transtornos, quando há ideação suicida. Buscar uma orientação psicológica sobre como lidar com este momento difícil é válida a qualquer momento, tanto para o enlutado, quanto para quem o apoia (SCHMIDT et al., 2020).

## **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

DANTAS, C.R.; CASSORLA, R. M. S. **O luto nos tempos da Covid-19: desafios do cuidado durante a pandemia.** Rev. latinoam. psicopatol. fundam. 23 (3). jul./set. 2020.

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ. **Processo de luto no contexto da Covid-19.** Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia Covid-19. Fiocruz, Ministério da Saúde, Brasil. 2020.

MAIA, B.B. et al. **E os que ficam? Cartilha de orientações sobre o luto decorrente da morte de um ente querido no contexto da Covid-19.** Araraquara: Ed. Padu Aragon, 1.ed. 2021.

NASCIMENTO, A. R. et al. **Rituais de despedida no contexto da pandemia da Covid-19.** Cadernos ESP. Ceará: Edição Especial, jan./ jun.2020.

ORSINI, M. et al. **Narrativas sobre o processo da vida e da morte marginal durante a pandemia por Covid-19.** Rio de Janeiro: Rev. Augustus. v.25. n. 51. p.370-380.jul./out. 2020.

SCHMIDT, B. et al. **Impactos na Saúde Mental e Intervenções Psicológicas Diante da Pandemia do Novo Coronavírus (Covid-19).** Seção Temática: Contribuições da Psicologia no Contexto da Pandemia da Covid-19. Estud. psicol. 37. 2020.