

E os que ficam?

**CARTILHA DE ORIENTAÇÕES SOBRE O LUTO DECORRENTE
DA MORTE DE ENTE QUERIDO NO CONTEXTO DA COVID-19**

Bruna Bortolozzi Maia
Bruna Rafaelle Rodrigues Campos
Flávia Neves Ferreira
Giovana Santos da Mata

Joyce Máximo Almeida
Júlia Pigossi Oliveira Silva
Laura Pagnan Condini

Mariele Rodrigues Correa
Marcos Paulo Carvalho dos Santos
Raissa Pinto Rodrigues
Taís Cristina Prestes

BRUNA BORTOLOZZI MAIA
BRUNA R. RODRIGUES CAMPOS
FLÁVIA NEVES FERREIRA
GIOVANA SANTOS DA MATA

JOYCE MÁXIMO ALMEIDA
JÚLIA PIGOSSI OLIVEIRA SILVA
LAURA PAGNAN CONDINI

MARCOS PAULO C. DOS SANTOS
MARIELE RODRIGUES CORREA
RAISSA PINTO RODRIGUES
TAÍS CRISTINA PRESTES

E OS QUE FICAM?

CARTILHA DE ORIENTAÇÕES SOBRE O LUTO
DECORRENTE DA MORTE DE UM ENTE QUERIDO NO
CONTEXTO DA COVID-19

Padu Aragon Editor

Conselho Editorial

Eladio Sebastian Heredero (Universidade de Alcalá, Espanha)
Elenita Pinheiro de Queiroz Filho (Universidade Federal de Uberlândia, UFU)
Filomena Teixeira (Escola Superior de Educação de Coimbra e Universidade de Aveiro, Portugal)
Isabel Chagas (Universidade de Lisboa)
João Guilherme Rodrigues Mendonça (Universidade Federal de Rondônia, UNIR)
Maria Teresa Bejarano Franco (Universidade de Castilla-la-Mancha, Espanha)
Mary Neide Damico Figueiró (Universidade Estadual de Londrina, UEL)
Paula Regina Costa Ribeiro (Universidade Federal de Rio Grande, FURG)
Sonia Maria Martins de Melo (Universidade do Estado de Santa Catarina, UDESC)
Teresa Vilaça (Universidade do Minho, Portugal)

**Editoração Eletrônica, Montagem, Arte interna e da Capa:
Leilane Raquel Spadotto de Carvalho**

Capa© Leilane Raquel Spadotto de Carvalho

Normalização: Leilane Raquel Spadotto de Carvalho

© Padu Aragon, Editor

ISBN 978-65-992992-2-3

E os que ficam? Cartilha de orientações sobre o luto decorrente da morte de um ente querido no contexto da covid-19 /Bruna Bortolozzi Maia; Bruna Rafaela Rodrigues Campos; Flávia Neves Ferreira *et al.*

1. ed. -- Araraquara, SP : Padu Aragon, Editor : 2021.

PDF
28 p.

Vários autores.

ISBN 978-65-992992-2-3

1. Luto. 2. Covid-19. 3. Orientações. 4. Psicologia.

I. Título.

CDD 150
CDU 159.9

Resíduo

(Carlos Drummond de Andrade)

*Pois de tudo fica um pouco.
Fica um pouco de teu queixo
no queixo de tua filha.
De teu áspero silêncio
um pouco ficou, um pouco
nos muros zangados,
nas folhas, mudas, que sobem.*

*Ficou um pouco de tudo
no pires de porcelana,
dragão partido, flor branca,
ficou um pouco
de ruga na vossa testa,
retrato.*

APRESENTAÇÃO

No final de 2019, a comunidade científica global chamou a atenção de todos (as) para uma nova mutação do Coronavírus (SARS-CoV-2) com alta transmissibilidade e potencial de comprometer os índices de saúde globais, caracterizando-se como uma pandemia. A Covid-19 (*Coronavirus Disease 2019*) foi identificada em mais de 180 países e diversas autoridades e instâncias governamentais adotaram medidas de prevenção e redução de danos na expectativa da diminuição das curvas de contágio (PEREIRA, 2020).

Tratando-se especificamente do Brasil, temos enfrentado diversas dificuldades durante a pandemia da COVID-19, principalmente dada à incapacidade do Governo Federal de prover o devido amparo econômico para que a população possa estar em casa e respeitar as medidas de segurança, como o isolamento e o distanciamento social. Além disso, a não legitimação da gravidade da situação por parte da Presidência e um descaso com a situação crítica da saúde no país retroalimenta a conduta de milhares de indivíduos resistentes e despreocupados em seguir os procedimentos de higiene, isolamento e prevenção ao vírus. O desinteresse mostrado pelo governo brasileiro com relação à compra de vacinas que deveriam ter sido negociadas precocemente também foi agravante no processo de imunização em massa da população, tal como ocorre em outros países.

Nesse contexto, além dos inúmeros impactos sociais, econômicos e culturais, observa-se um aumento expressivo das vítimas fatais da Covid-19 em todo o território nacional desde o início da pandemia. De acordo com Casellato (2020, p. 231), uma pandemia é devastadora porque “evidencia nossa impermanência e fragilidade e nos impõe transformações rápidas e complexas”.

Neste ano de 2021, temos registrado altíssimas taxas de mortalidade pela Covid-19 em todo o mundo e, especialmente, no Brasil (JOHNS HOPKINS CORONAVIRUS RESOURCE CENTER, 2020). Esses números são preocupantes quando voltamos o olhar aos

familiares e amigos de cada pessoa que faleceu. Essas perdas são estigmatizadas e deslegitimadas, visto que uma parcela da população ainda insiste em não se prevenir e muitos tratam as mortes como se fossem somente números.

O que se vê é um número de mortos que prevalece acompanhado pela rejeição da morte por aqueles que insistem em permanecer em um discurso 'negacionista'. Nesse cenário, a morte deixa de ser percebida, e, talvez, a vida também, ambas são relativizadas sem uma demarcação exata. Assim, o inadmissível aumento da mortalidade é banalizado, não há espaço para luto, nem condolências e amparo para aqueles que ficam. A indução ao clima de normalidade empurra os mais vulneráveis para a linha de produção, no entanto, não há estado de negação possível que neutralize este momento.

Engana-se quem pensa que somente as pessoas com vínculos mais próximos são afetadas pela morte de uma pessoa. Na realidade, “muitos são os vínculos afetivos abalados intensamente numa perda - o número de pessoas atingidas de forma expressiva pode ultrapassar uma dezena a cada óbito” (CASELLATO, 2020, p. 245). Essas pessoas podem experienciar um processo de luto complicado pela estigmatização da doença e deslegitimação do luto (CASELLATO, 2020), como também pela ausência ou empobrecimento dos rituais de despedida (CARDOSO *et al.*, 2020), por conta das medidas de distanciamento social e cuidados com a transmissão após a morte e pela própria circunstância da perda, já que muitos morrem isolados na UTI, sem contato com os familiares.

...

O trabalho e a promoção de serviços psicológicos são indispensáveis na prevenção de casos de luto complicado e transtornos mentais (SUNDE; SUNDE, 2020). Assim, como psicólogos (as), vimos a necessidade de criar um espaço que colaborasse para auxiliar na prevenção de lutos complicados, bem como para a compreensão do sofrimento psíquico gerado por tantas perdas. A partir disso elaboramos, divulgamos e realizamos o “Grupo de

Acolhimento a Enlutados pela Covid-19”. Esse grupo foi um modelo de intervenção clínica realizado desde novembro de 2020, vinculado ao Estágio “*Envelhecimento e Processos de Subjetivação*”, sob a supervisão da profa. Dra. Mariele Rodrigues Correa (Co-autora desta cartilha) da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, *campus* de Assis. Com a proposta em formato de acolhimento psicológico de grupo e realizado de forma *online* por meio do *Google Meet*, o grupo foi criado em decorrência da urgência em pensarmos nas milhares de famílias e amigos que perderam entes queridos pelo vírus da Covid-19.

Trata-se de um espaço ofertado com o objetivo de oferecer uma escuta e um apoio mediante as perdas vividas nesse período da pandemia, de validação e compartilhamento de histórias, angústias, tristezas e dores dos enlutados(as) - e da possibilidade de se ouvir nesse caminho, através de uma construção conjunta de narrativas semelhantes (ainda que muito singulares).

Foi neste contexto prático - identificando, reconhecendo, validando os sentimentos e as histórias particulares a partir dessa experiência coletiva que elaboramos esta cartilha¹ psicoeducativa, que tem como público-alvo as pessoas enlutadas que perderam um ente querido devido à Covid-19, com o objetivo de informar e orientar pessoas enlutadas sobre como perceber e lidar com seus sentimentos e sobre maneiras de buscar por ajuda.

Como um material psicoeducativo, acreditamos que esse tipo de ferramenta (uma cartilha) é uma importante contribuição da Psicologia para a promoção e prevenção de saúde, visando à identificação ou a prevenção do luto complicado, fomentando o potencial de saúde socioecológico das comunidades, segundo Nota Técnica do conselho da categoria (CFP, 2019). Este material aqui produzido também vai ao encontro de uma ação integral e preventiva, orientada pelos princípios de universalidade, acessibilidade, continuidade de cuidados, integralidade,

¹ O estudo teórico que embasou a elaboração da cartilha foi o resultado final de um trabalho desenvolvido na Disciplina “Psicologia da Saúde”, do Curso de Psicologia da Faculdade de Ciências e Letras da UNESP, *campus* de Assis, sob a orientação da Prof.^a Flávia Neves Ferreira (Co-autora desta cartilha).

responsabilização, humanização e equidade, propostos pelo SUS - Sistema Único de Saúde (BRASIL, s./a.).

Este formato de psicoeducação, portanto, poderia fazer parte de ações ou planos de educação para a saúde, compondo uma intervenção focada na prevenção nos níveis da Atenção Primária à Saúde - APS (ALVES; EULÁLIO, 2011; CFP, 2019).

...

Falar sobre luto é um grande tabu social e ultimamente lidar com o assunto da morte tem sido frequente em todo o mundo. O luto, em seu caráter basal, acontece diante da perda de alguém ou algo que é importante para nós, como resposta ao rompimento desse vínculo; já o luto coletivo é o luto que é vivenciado por muitas pessoas ao mesmo tempo, geralmente frente a uma perda que afeta o social (BOLASÉLL *et al.*, 2020; NOAL; DAMÁSIO, 2020). Segundo esses autores, o luto, de forma geral, pode causar sensações físicas, como maior cansaço, mudanças no humor e na forma de pensar, com maior frequência de sentimentos de tristeza e/ou raiva.

O luto em tempos de pandemia apresenta-se com especificidades que acabam produzindo efeitos ainda mais dolorosos neste processo. As medidas preventivas adotadas no contexto atual, como o isolamento e distanciamento social e a quarentena, limitam as práticas de manuseio, velórios e enterros de entes queridos, uma vez que a aglomeração deve ser contida, caixões devem permanecer fechados durante toda a cerimônia, evitando qualquer contato com o corpo do falecido e, transformando, dessa forma, a despedida de parentes e amigos em mais um distanciamento que impossibilita momentos finais dignos com estes (BRASIL; 2020; CRUBÉZY; TELMON, 2020; OLIVEIRA, 2020).

Os rituais compõem atividades esperadas de nossa sociedade, independentemente de como a pessoa parte. É necessário que o fim seja concretamente posto, com práticas tais como velório, sepultamento, presença de familiares e conhecidos, a fim de que a visualização e a confirmação desse corpo falecido sejam permitidas.

Isso contribui para uma maior aceitação da perda e para o processo de enlutamento. Para Crubézy e Telmon (2020), para que essa aceitação da morte aconteça, é necessário também que cerimônias de despedida coletivas existam, pois elas auxiliam no apoio e conforto aos sobreviventes, facilitando a elaboração do luto.

Com a pandemia, nada disso está sendo possível. As reações conhecidas do processo de luto permaneceram - negação, raiva, barganha, depressão e aceitação (KUBLER-ROSS, 1969) - mas com novas nuances, dolorosas e semeadas em um campo consumido pela não-despedida, pela impossibilidade do último adeus, do último abraço, de um final justo e honrado. Esta realidade propicia experiências de sofrimento para as pessoas atingidas por um tempo ainda mais indeterminado, fazendo com que o lidar com essas dores se torne, na grande maioria das vezes, quase que insuportável.

Outro fator que pode agregar sofrimento na vivência do luto na pandemia são os lutos que se sobrepuseram: o luto pelos entes queridos que estavam morrendo em um momento inesperado e o luto coletivo em decorrência das perdas sociais e rotineiras, como: a perda pela liberdade de circular livremente, perda pelos compromissos que tiveram de ser adiados, a impossibilidade de nos reunirmos, as expectativas frustradas, as mudanças e adaptações e/ou perda de trabalho, a insegurança financeira, dentre tantas outras questões que razoavelmente eram previsíveis e deixaram de ser (DANTAS *et al.*, 2020; BOLASÉLL *et al.*, 2020; NOAL; DAMÁSIO, 2020).

...

Esta cartilha é para falar um pouco sobre o LUTO, esse momento importante que todas as pessoas, de uma forma ou outra, enfrentam ao longo de sua existência, mas, sobretudo, um luto atravessado pelos estigmas relacionados às especificidades da morte pelo Covid-19.

Nada pode trazer um ente querido de volta, nem apagar o que se passou, mas o tempo e a vida podem ressignificar o passado e abrir caminhos para um novo caminhar.

Esperamos que a leitura desta cartilha possa ser útil a todos (as) que por este assunto se interessarem.

As/os autoras/es.

O QUE É LUTO?



O luto pode ser caracterizado por um processo dinâmico e natural diante da perda de algo ou alguém significativo em nossa vida.

Por ser um processo particular e multidimensional, as significações, rituais e o próprio processo de enfrentamento variam de acordo com as diferenças culturais e históricas de cada pessoa e sociedade.

MESMO QUE AS PESSOAS VIVENCIEM O LUTO DE MODO PARECIDO, A EXPERIÊNCIA É MUITO PARTICULAR: A INTENSIDADE DO SOFRIMENTO, O TEMPO, A REORGANIZAÇÃO DA VIDA É DE CADA UM. NÃO SE COBRE, NÃO COMPARE SEU LUTO AO DE OUTRAS PESSOAS.

Luto na Pandemia

O processo de luto no contexto da Covid-19 tem algumas especificidades:

- ◆ A imposição de limitações significativas na realização dos rituais de despedida devido aos protocolos de segurança, com a obrigatoriedade de caixões lacrados e restrição do número de pessoas permitidas em velórios;

- ◆ A falta de momentos de despedidas e a dor de não ter estado presente nos últimos momentos de vida do ente querido, por não serem permitidas visitas hospitalares;
- ◆ A intensificação da culpa, pela possibilidade de ter transmitido o vírus ao ente querido ou por tê-lo levado ao hospital, em caso de contaminação intra-hospitalar;
- ◆ As múltiplas perdas possíveis neste contexto: de outras pessoas por Covid-19 ou outras perdas decorrentes da pandemia, como emprego, renda, convivência social, dentre outras;
- ◆ A deslegitimação social do luto decorrente do conflito de narrativas imposto pela desinformação ou a dissolução do reconhecimento da perda pessoal dentre os elevados números de fatalidades.

ENTENDA QUE O CONTEXTO DA PANDEMIA TORNA O LUTO MAIS DIFÍCIL, MAS ISSO NÃO É CULPA SUA. NÃO ESTAR PERTO DE QUEM VOCÊ AMA NOS MOMENTOS DE DESPEDIDA, NÃO VIVENCIAR O RITUAL DO VELÓRIO/ENTERRO COMO ERA ANTES DA PANDEMIA É UMA SITUAÇÃO DOLOROSA PARA MUITAS PESSOAS. ISSO NÃO DIMINUI SEU AMOR E SEU RESPEITO PELA PESSOA QUE VOCÊ AMA E PERDEU.

A IMPORTÂNCIA DOS RITUAIS DE DESPEDIDA



Velar quem se ama é parte é uma tradição ligada à religião e à cultura dos povos, que está atrelada a forma como o homem percebe a morte. Seja o enterro, a cremação ou os ritos religiosos, os rituais são essenciais para que aqueles que ficam possam elaborar seus lutos.

Segundo Imber Black (1998), os rituais marcam a perda de um membro, ratificam a vida vivida pela pessoa que morreu, facilitam a expressão de sofrimento de forma consistente com os valores da cultura, falam simbolicamente do sentido da morte e apontam uma direção para conferir sentido à perda, ao mesmo tempo em que possibilitam a continuidade para os vivos.

Diante da pandemia de Covid-19 houve a restrição dessas vivências. O Ministério da Saúde orienta que durante os períodos de isolamento social, os velórios e rituais de pacientes confirmados ou suspeitos da Covid-19 não são recomendados. Desta forma, as possibilidades de despedida ficaram atreladas aos meios de comunicação, os quais permitem que o núcleo familiar se reúna de forma remota e compartilhem o sentimento da perda.

A partir da possibilidade de realização dos rituais de forma remota, destacam-se: ligações telefônicas, chamadas de vídeo, *lives*, memorial virtual às vítimas do coronavírus no Brasil, o que os permitem a ressignificação da dor, pois possibilita às pessoas poderem externalizar seus sentimentos.

O esforço de manutenção dos rituais é de extrema relevância, pois possibilita às famílias a participação no

processo de adoecimento e a elaboração do luto em conjunto com seus entes queridos.

Assim, o importante é que se faça algum tipo de ritual: acenda vela, uma oração na família, compartilhe dizeres e/ou lembranças com quem pode estar perto na casa, algo que simbolize um momento que registre a morte do ente querido. É fundamental, ainda, que esse gesto em memória de quem se foi tenha um sentido para a relação vivida com o ente falecido.

REAÇÕES COMUNS FRENTE AO LUTO



Cada experiência de luto pode ser vivenciada de maneira diferente, e cada pessoa tem um tempo para voltar a equilibrar as coisas. Assim, é preciso permitir-se ter seu próprio tempo de recuperação.

Além disso, as datas comemorativas, como aniversários, feriados e quaisquer outras datas significativas celebradas com a pessoa que se foi podem desencadear sentimentos intensos de tristeza e pesar, pois é comum que existam costumes e práticas que são compartilhadas pelas famílias e, com a ausência da pessoa querida, tornam-se mais difíceis as celebrações.

Entre os sentimentos comuns ao experienciar o luto estão: a solidão, tristeza, raiva, medo, desejo de ficar sozinho, incompreensão, desamparo, impotência, alívio, pressão no peito, falta de ar, confusão, descrença e choque pela situação pandêmica em que estamos.

É importante aceitar suas condições para sentir-se melhor, e dessa forma, respeitar o sentimento de solidão, mas não se deixar isolar; buscar parentes ou amigos, por meio de ligações e redes sociais, caso sinta o desejo de estar em contato com essas pessoas. Utilize os recursos necessários para seguir em frente.

CASO NÃO ESTEJA CONSEGUINDO PASSAR BEM POR ESSE MOMENTO, NÃO HESITE EM BUSCAR AJUDA. PROFISSIONAL E ESPECIALIZADA: PSICÓLOGOS (AS), MÉDICOS (AS). NÃO TENHA VERGONHA DE PROCURAR AJUDA!

QUANDO PROCURAR AJUDA



- ◆ Quando os sintomas físicos trouxerem preocupações;
- ◆ Quando o sentimento de tristeza tornar-se frequente por muito tempo;
- ◆ Quando os medos e pensamentos trouxerem desconforto que atrapalhem as suas atividades cotidianas.

ONDE PROCURAR AJUDA?

DURANTE O CONTEXTO DA COVID-19 VOCÊ PODE ENTRAR EM CONTATO POR TELEFONE COM:

- ❖ CENTROS DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL (CAPS);
- ❖ CENTROS DE APOIO ÀS VÍTIMAS (COMO OS CRAVIS);
- ❖ CENTROS OU NÚCLEOS DE DIREITOS HUMANOS;
- ❖ CENTROS DE SERVIÇO SOCIAL, SETOR DE PSICOLOGIA OU DE ATENDIMENTO MULTIDISCIPLINAR DAS DEFENSORIAS PÚBLICAS;
- ❖ SERVIÇOS DE EMERGÊNCIA (190).

ESTRATÉGIAS DE SUPORTE E APOIO EMOCIONAL NO ENLUTAMENTO



Os rituais de passagem e de despedida, como velórios e sepultamentos, são de grande valia para a construção do sentido da perda e para o processo de recuperação do luto.

A impossibilidade de não estar junto com o ente querido em seus últimos dias ou o pensamento de que algo poderia ter sido feito de forma diferente pode gerar vários sentimentos, como tristeza, raiva, culpa e desamparo entre as pessoas próximas.

Procure não ser tão duro consigo mesmo, as circunstâncias atuais estão além do controle de todo mundo, reflita com compaixão e compreensão.

Na medida do possível, tente lembrar-se dos aspectos positivos da relação, de forma que eles se sobreponham aos sentimentos e lembranças negativos dos últimos momentos.

Nesse momento, é normal que surjam emoções e sentimentos de solidão, tristeza, raiva, etc. Pode ser reconfortante compartilhar como se sente, seja com as pessoas que o acompanham ou com outras pessoas por meio de conversas telefônicas, redes sociais.

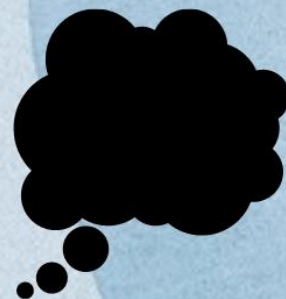
Converse com pessoas que você gosta (parentes próximos, amigos/as). Fale de seus sentimentos, suas tristezas, lembranças; participe de grupos de apoio e autocuidado que funcionam em redes sociais. Isso pode fazer com que você pense em alternativas de enfrentamento com pessoas que estão passando pela mesma situação.

Evite o que contamina sua mente: imagens, muita informação sobre o que está acontecendo, principalmente

sobre a pandemia, ruídos e experiências que já estão ou podem eventualmente te machucar. Cerque-se de coisas, sons e imagens que você considera benéficas para si.

Reserve um tempo para decidir o que você gostaria de fazer com os objetos que pertenciam ao seu ente querido, quando se sentir confortável. Já que eles são a parte física que restou dele, coisas que você pode tocar, cheirar, beijar, abraçar; e que ajudam a se conectar fisicamente com sua memória e com a capacidade de canalizar as emoções que você tem que viver agora. Permita-se conectar com as emoções que surgem neste momento.

PENSANDO A VIDA E O LUTO



Cristiane Assumpção (2019) propõe no livro “Vida e Luto” algumas perguntas reflexivas para respondermos no momento em que estamos vivenciando o luto. A partir deste material, separamos algumas questões em dois blocos no quadro abaixo e propomos como exercício.

Quadro 1. Exercício para pessoas enlutadas.

OLHANDO PARA TRÁS

O que você mais admirava nele (a)?

Se você tivesse a chance de encontra-lo(a), o que lhe diria?

O que a pessoa que se foi deixou de ensinamento mais valioso? Por quê?

Como você acredita que ele (a) está hoje? (onde? Como?)

Você guarda algum objeto importante ou significativo da pessoa que morreu? O que e qual significado ele tem? Isso te faz bem ou não?

OLHANDO PARA FRENTE

Como é, para você, falar sobre a morte?

Quais outras pessoas importantes vivem perto e precisam de você?

Como você se imagina daqui a dez anos?

Você acredita que pode transformar sua dor em saudades?

Quais pessoas importantes te ajudam nos momentos difíceis da sua vida?

Fonte: as/os autoras/es, baseado em Cristiane Assumpção (2019).

SUGESTÕES DE MATERIAIS PARA PENSAR SOBRE O TEMA



Filmes

NOME	GÊNERO	ANO	DIREÇÃO	DURAÇÃO
Lado a Lado/ <i>Stepmom</i>	Drama/ Romance	1998	Chris Columbus	2h05min
O Quarto do Filho/ <i>La Stanza Del Figlio</i>	Drama	2001	Nanni Moretti	1h39min
Em Nome da Amizade / <i>Reign Over Me</i>	Drama	2007	Mike Binder	2h04min
P.S. Eu te Amo/ <i>P.S. I Love You</i>	Romance	2007	Richard LaGravenese	2h06min
Cerejeiras em Flor/ <i>Hanami</i>	Drama/ Romance	2008	Doris Dörrie	2h07min
Tão Alto, tão perto/ <i>Extremely loud and incredibly close</i>	Drama	2011	Stephen Daldry	2h10min
Operação Big Hero/ <i>Big Hero</i>	Animação	2014	Don Hall, Chris Williams	1h48min
Para Sempre/ <i>Another Forever</i>	Drama	2016	Juan Zapata	1h11min

Livros

NOME	AUTOR	ANO
Em busca de sentido	Viktor Emil Frankl	1946
Morreste-me	José Luiz Peixoto	2000
A desumanização	Valter Hugo Mãe	2013
A Ridícula ideia de nunca mais te ver	Rosa Monteiro	2013
A Trilogia do Adeus	João Anzanello Carrascoza	2017
O peso do pássaro morto	Aline Bei	2017
Sabendo que és minha -	Fabiana Martinez	2020

CADA PESSOA FICA ENLUTADA DE SUA MANEIRA, PORTANTO, NÃO EXISTEM MANEIRAS MELHORES OU PIORES, NEM A IMPOSIÇÃO DE UMA SEQUÊNCIA RÍGIDA, QUE NORMALIZE O PROCESSO. LEMBRAMOS, MAIS UMA VEZ QUE, O LUTO É UMA EXPERIÊNCIA PESSOAL E ÚNICA E, ASSIM, PRECISA SER RESPEITADO POR VOCÊ MESMO (A) E PELAS DEMAIS PESSOAS.

Fale com as/os autoras/es!

Ficou com alguma dúvida? Tem críticas ou sugestões?
Você pode entrar em contato conosco através do e-mail:

raissa.p.rodrigues@unesp.br

REFERÊNCIAS

ALARCÓN, E. *et al.* **Guia para pessoas que perderam um ente querido em tempos de coronavírus (COVID 19)**. Traduzido por: Equipe Segura Onda, Rede de Apoio às Famílias Vítima de Covid. Associação Brasileira de Estudos Cemiteriais (ABEC), 2020.

ASSUMPÇÃO, C. **Vida e Luto**. São Paulo: Matrix, 2019.

BOLASÉLL, L. T. *et al.* O processo de luto a partir das diferentes perdas em tempos de pandemia. Porto Alegre: PUCRS, 2020.

BRASIL. **Guia para pessoas que perdem um ente querido em tempos de coronavírus (COVID-19)**. (tradução de Christiana Metzker); Associação Brasileira de Estudos Cemiteriais (ABEC); Rede de Apoio às Famílias e Memorial das Vítimas de Covid-19 no Brasil; Segura a Onda - Brasil Contra a Covid-19, 2020.

BRASIL. **O que é atenção primária?** Secretaria de Atenção Primária à Saúde (SAPS), Ministério da Saúde. s./a. Disponível em <<https://aps.saude.gov.br/smp/smpoquee>>. Acesso em: 30 Jan 2021.

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

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

CONSELHO REGIONAL DE PSICOLOGIA. **Nota Técnica do Conselho Regional de Psicologia, CRP-09 0003/2019**. Estabelece Parâmetros de Assistência Psicológica em Contextos de Atenção Primária, Secundária e Terciária de Saúde. Disponível em: <http://www.crp09.org.br/portal/images/noticias/2019/NOTATECNICACRP09N032019_PARAMETROSDEASSISTENCIAPSIKOLOGICANASAUDE.pdf>. Acesso em: 30 Jan 2021.

CRUBÉZY, E.; TELMON, N. **Pandemic-related excess mortality (COVID-19), public health measures and funerary rituals**. *EClinicalMedicine*, v. 22, 2020.

DANTAS, C. R. *et al.* O luto nos tempos da COVID-19: desafios do cuidado durante a pandemia. **Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental**, 23(3), p. 509-533, 2020.

IMBER-BLACK E. Os rituais e o processo de elaboração. In: WALSH, F.; MCGOLDRICK, M. (Org.). **Morte na família: sobrevivendo às perdas**. Porto Alegre: Artmed, 1998.

JOHNS HOPKINS CORONAVIRUS RESOURCE CENTER. **Covid-19 dashboard by the Center for Systems Science and Engineering (CSSE) at Johns Hopkins University (JHU)**, 2020.

KUBLER-ROSS, E. **Sobre a morte e o morrer**. Rio de Janeiro: Editora Martins Fontes, 1985.

LVES, R. F.; EULÁLIO, M. C. Abrangência e níveis de aplicação da Psicologia da Saúde. In: ALVES, R. F (org). **Psicologia da saúde: teoria, intervenção e pesquisa** [online]. Campina Grande: EDUEPB, 2011.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. **Protocolo de manejo clínico do coronavírus (covid-19) na atenção primária da saúde**. Brasília, 2020.

NOAL, D. S.; DAMÁSIO, F. **Processo de luto no contexto da COVID-19**. Centro de Estudos e Pesquisas em Emergências e Desastres em Saúde (CEPEDES) - Fiocruz. Projeto Gráfico: Adriana Marinho, 2020.

OLIVEIRA, E. N. *et al.* “Aquele adeus, não pude dar”: luto e sofrimento em tempos de COVID-19. **Enfermagem em Foco**, v. 11, n. 2., 2020.

OLIVEIRA, E. A cada morte por coronavírus, seis a dez pessoas são impactadas pela dor do luto, dizem especialistas. **Portal G1**, São Paulo. Disponível em: <<https://g1.globo.com/bemestar/coronavirus/noticia/2020/05/01/a-cada-morte-por-coronavirus-seis-a-dez-pessoas-sao-impactadas-pela-dor-do-luto-dizem-especialistas.ghtml>>. Acesso em: 17 Mar. de 2021.

PEREIRA, M. D. *et al.* A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v.9, n.7, 2020.

SUNDE, R. M; SUNDE, L. M. C. Luto familiar em tempos da pandemia da Covid-19: dor e sofrimento psicológico. **Revista Interfaces**, v. 8, n. 3, 2020.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Information about Covid-19**. Disponível em: <<https://www.who.int/countries/bra/>>. Acesso em: 17 Mar. 2021.

SOBRE AS AUTORAS E O AUTOR

Bruna Bortolozzi Maia. Discente no curso de Psicologia da Faculdade de Ciências e Letras da Unesp, *campus* de Assis. Realiza estágios nas áreas de Psicologia clínica de orientação psicanalítica e no âmbito Sócio-educacional. Realiza pesquisas na área de psicanálise e vínculos.

E-mail: bruna.b.maia@unesp.br

Bruna Rafaelle Rodrigues Campos. Discente no curso de Psicologia da Faculdade de Ciências e Letras da Unesp, *campus* de Assis. Estagiária de prática clínica de orientação psicanalítica winnicottiana e de envelhecimento e processos de subjetivação. Atua nas áreas de atendimento clínico e grupal de acolhimento psicológico aos enlutados pela COVID-19.

E-mail: bruna.rafaele@unesp.br

Flávia Neves Ferreira. Psicóloga pela Faculdade Santana. Especialista em Logoterapia e Análise Existencial pela UCDB. Mestra em Filosofia pela PUC-PR. Atualmente é doutoranda em Psicologia pela UNESP. Professora Substituta do curso de Psicologia da UNESP, *campus* de Assis. Docente no Curso de Psicologia na Faculdade Estácio, *campus* de Ourinhos. Atua nas áreas de psicologia clínica, avaliação psicológica, na interseção entre filosofia e psicologia em temas específicos dos estudos da fenomenologia e do existencialismo.

E-mail: flavia.neves@unesp.br

Giovana Santos da Mata. Discente no curso de Psicologia da Faculdade de Ciências e Letras da Unesp, *campus* de Assis. Realiza estágios na área clínica psicanalítica e sócio-educacional e estágio extracurricular em Recursos Humanos.

E-mail: giovana.mata@unesp.br

Joyce Máximo Almeida. Psicóloga pela Faculdade de Ciências e Letras da Unesp, *campus* de Assis. Atuou nas áreas da Psicologia Clínica e Escolar. Além de atividades e pesquisas junto à ação de extensão UNATI - Universidade aberta à Terceira Idade.

E-mail: joyce.maximo@unesp.br

Júlia Pigossi Oliveira Silva. Discente do curso de Psicologia da Faculdade de Ciências e Letras da Unesp, *campus* de Assis. Realiza estágios em Psicologia Clínica e em Psicologia Social com ênfase em envelhecimento e luto. Atua no atendimento clínico e grupal de acolhimento psicológico aos enlutados pela COVID-19.

E-mail: julia.pigossi@unesp.br

Laura Pagnan Condini. Graduanda em Psicologia pela Faculdade de Ciências e Letras da Unesp, *campus* de Assis. Realiza estágios na área de clínica psicanalítica, envelhecimento e luto. Desenvolve atividades junto à ação de extensão Universidade Aberta à Terceira Idade (UNATI) e faz pesquisa na área de psicanálise, educação infantil e relações étnico-raciais.

E-mail: laura.condini@unesp.br

Mariele Rodrigues Correa. Psicóloga, Mestre e Doutora em Psicologia pela Universidade Estadual "Júlio de Mesquita Filho" (UNESP). Professora dos cursos de Graduação e Pós-Graduação em Psicologia da UNESP, *campus* de Assis. Atua nas áreas de envelhecimento humano; processos de luto; finitude; clínica grupal.

E-mail: mariele.correa@unesp.br

Marcos Paulo Carvalho dos Santos. Graduando no curso de Psicologia da Faculdade de Ciências e Letras da Unesp, *campus* de Assis. Realiza estágios na área clínica e sócio-educacional, com ênfase em clínica psicanalítica, vínculos, envelhecimento e luto. Realiza pesquisas nas áreas de psicanálise, vínculos, parentalidade e Covid-19.

E-mail: marcos.carvalho@unesp.br

Raissa Pinto Rodrigues. Psicóloga pela Faculdade de Ciências e Letras da Unesp, *campus* de Assis. Atuou nas áreas de clínica psicanalítica, envelhecimento e luto e desenvolveu pesquisas nas áreas da saúde e psicanálise vincular.

E-mail: raissa.p.rodrigues@unesp.br

Tais Cristina Prestes. Psicóloga pela Universidade Estadual Paulista (Unesp), *campus* de Assis. Atuou nas áreas de psicologia clínica e saúde do trabalho, além de ser voluntária na UNATI (Universidade aberta à terceira idade).

E-mail: tais.prestes@unesp.br



ISBN: 978-65-992992-2-3

