

TRANSFORMAÇÕES CULTURAIS ACERCA DA MORTE E A ATUAÇÃO DO PSICÓLOGO NA ATUALIDADE

Fernanda Cristina Miranda¹

Isadora Samarid²

Ana Paula Rodrigues do Nascimento³

RESUMO: A morte ainda é um tema de difícil abordagem para a sociedade, no qual é possível perceber a resistência e até a fuga de diálogos que envolvem a temática. Este estudo, por meio de revisão integrativa literária, trata das transformações culturais acerca da morte; das contribuições dos psicólogos para o processo de elaboração do luto, com a ausência dos tradicionais rituais de despedida, em razão da COVID 19; dos conceitos de morte, luto e suas fases em distintas perspectivas teóricas; e, dos tradicionais ritos de despedida. O objetivo deste trabalho é compreender o processo de luto, suas fases; identificar como os ritos socioculturais auxiliam na elaboração do processo de luto; e, entender a importância do psicólogo no processo de elaboração do luto no período pandêmico. Diante do exposto, vê-se a necessidade de ampliação nas discussões referentes à temática, para que, assim, deixe gradativamente de ser um tabu. Ressalta-se a importância do psicólogo que fará o papel de mediador por meio de intervenções e aplicação de técnicas em um acompanhamento terapêutico.

Palavras-chave: Luto. Morte. Ritos. Covid-19. Psicologia.

ABSTRACT: Death is still a difficult topic for society to approach, in which it is possible to perceive the resistance and even the escape of dialogues that involve the theme. This study, through an integrative literary review, deals with cultural transformations about death; the contributions of psychologists to the mourning process, with the absence of traditional farewell rituals, due to COVID 19; the concepts of death, mourning and its phases in different theoretical perspectives; and, the traditional farewell rites. The objective of this work is to understand the grieving process, its phases; identify how sociocultural rites help in the elaboration of the grieving process; and, understand the importance of the psychologist in the process of elaborating grief in the pandemic period. In view of the above, there is a

¹ Discente concluinte do curso de Psicologia do Centro Universitário Alfredo Nasser (UNIFAN), no semestre letivo 2022/2. Email: miranda_fernanda2006@hotmail.com

² Psicóloga (PUC-GO); Mestre em psicologia clínica e da Saúde pela PUC-GO; Especialista em GESTALT-TERAPIA pelo ITGT-GO. Atua como professora e supervisora da UNIFAN. Orientadora desta pesquisa. Email: isadora@unifan.edu.br

³ Psicóloga (PUC-GO); Mestre em educação pela UFG. Atua como professora e supervisora do Centro Universitário Alfredo Nasser. Email: anapaularodrigues@unifan.edu.br

need to expand discussions on the subject, so that it gradually ceases to be a taboo. It emphasizes the importance of the psychologist who will play the role of mediator through interventions and application of techniques in a therapeutic follow-up.

Keywords: Mourning. Death. Rites. Covid-19. Psychology.

1. INTRODUÇÃO

Para Combinato e Queiroz (2016), a morte é um tema de difícil abordagem, pois, ainda nos dias de hoje, é vista como um tabu, que se evita falar, seja por ser cercada de incertezas, mistérios, crenças, medo, dor, pela privação da presença e até mesmo por se dar conta da ausência. Quando a morte acontece, seja ela, de forma natural, por consequência de uma doença grave, repentinamente ou de forma trágica, sempre causa medo e insegurança, porque é a certeza na finitude da matéria, do corpo e da presença. Mesmo com todos os sentimentos negativos citados, a morte, de alguma maneira, é uma certeza. Nesse sentido, paradoxalmente, se faz necessária a preparação para esse processo.

Como descrito pela Fiocruz (2020), esse rompimento natural do vínculo entre o sujeito e seu ente querido é denominado de luto, um processo individual, em que cada pessoa experimenta, reage e enfrenta de forma particular e única, o qual pode impactar vários âmbitos da vida do sujeito, tais como: familiar, social, profissional e podendo ocorrer alterações psicológicas, cognitivas e comportamentais.

Lima e Kovacs (2011) afirmam que, para auxiliar esse processo de elaboração dos sentimentos e a resignificação do luto, as “cerimônias” se fazem pertinentes, uma vez que essa é uma oportunidade de se despedir da pessoa que faleceu. É no momento do rito que os enlutados terão seus sentimentos validados, compartilhados e acolhidos, no qual se reúnem os familiares, amigos e parentes.

Fernandes (2020) testifica que a forma de vivenciar a perda, seus significados e o processo de luto vai variar de acordo com a religião e a cultura da sociedade em que a pessoa está inserida. É um processo fundamental, pois auxilia na resignificação, reestruturação e reconstrução da própria vida. Os

tradicionais ritos de despedidas são essenciais para o processo de luto, porque são constituídos por elementos tradicionais e familiares, que corroboram para melhor elaboração da perda; possibilitam a expressão pública do sofrimento; e, proporcionam um espaço para chorar a perda e compartilhar memórias e sentimentos.

Esses rituais foram retirados abruptamente da sociedade devido à pandemia por COVID-19, em razão da impossibilidade de contatar pessoas por meio do risco de contaminar outras e da perda ser ainda maior. Nesse contexto, os psicólogos podem e devem contribuir para a compreensão e atravessamento desse momento delicado, pois viver o processo do luto, de modo geral, mostra-se relevante na vida das pessoas, algo que se tornou mais complicado e doloroso durante o período pandêmico.

Este estudo iniciou-se por meio da hipótese de que o ritual de despedida é de suma importância para a elaboração do luto. A não realização destes rituais pode trazer diversos impactos à saúde mental do enlutado, aumentar as chances de um luto complicado, dando-se de forma mais intensa e duradoura. Com a impossibilidade da realização dos ritos, a pessoa pode vir a ter dificuldade de processar a perda por não se despedir de forma adequada, para internalizar a realidade e concretude da perda.

O luto, definido por Hoshino (2006), se caracteriza por uma das experiências mais marcantes na vida dos indivíduos e leva as pessoas a procurarem auxílio psicológico para poder sanar as complicações desse momento de consternação. Portanto, esta pesquisa, por meio de revisão integrativa literária (RI), tem o intuito de argumentar sobre o processo de luto, suas fases, os rituais existentes durante a COVID-19, bem como as suas transformações culturais acerca da morte vivida nesse período, enfatizando a atuação do psicólogo na atualidade.

Assim, a partir desta revisão integrativa da literatura, sobre o processo de elaboração do luto em tempos de pandemia, a pergunta que impulsionou este estudo foi: quais as contribuições dos psicólogos para o processo de elaboração do luto nas situações em que se observa a ausência dos tradicionais rituais de despedida em razão da COVID-19?

2. METODOLOGIA

Para realizar o estudo foi feito um levantamento bibliográfico, utilizando o método de Revisão Integrativa literária (RI). Botelho, Cunha e Macedo (2011) conceituam que Revisão Integrativa (RI) é um método que permite que as informações e resultados sejam sistematizados mesmo contendo diferentes metodologias, tendo como objetivo identificar, analisar e sintetizar resultados de temáticas que tratam do mesmo assunto.

A RI, conforme os autores (2011), é um método no qual faz-se um apanhado de pesquisas realizadas anteriormente, acerca de uma certa temática. A Revisão Integrativa é a metodologia mais ampla ao que se refere a revisões literárias, de tal forma que possibilita a inclusão de estudos experimentais e não-experimentais, com o objetivo de se ter o entendimento integral do fenômeno estudado. Souza, Silva e Carvalho (2010) salientam que esta metodologia articula conhecimentos teóricos e empíricos, além de incorporar conceitos, revisão teórica, evidências e análise de problemáticas específicas.

A RI é alicerçada em seis fases, sendo elas: 1ª - elaboração da pergunta norteadora; 2ª - busca ou amostragem na literatura; 3ª - coleta de dados; 4ª - análise crítica dos estudos incluídos; 5ª - discussão dos resultados; e, 6ª - apresentação da revisão integrativa. Neste estudo, tem-se:

- **1ª Fase - elaboração da pergunta norteadora:** a definição da pergunta norteadora é a fase mais importante da revisão, pois é por ela que são apresentadas as orientações acerca dos temas e dos estudos a serem incorporados na construção, sistematização e integração dos resultados. Desse modo, a questão determinada é: quais as contribuições dos psicólogos para o processo de elaboração do luto nas situações em que se observa a ausência dos tradicionais rituais de despedida em razão da COVID-19?

- **2ª Fase - busca ou amostragem na literatura:** trata-se da definição do acervo teórico físico/virtual, é indispensável e está relacionada à pergunta norteadora. Para este, o acervo utilizado foi buscado nos indexadores Google Acadêmico, *SciELO* e *Pepsic*, em língua portuguesa, plataformas de fácil acesso e diversidade, o que possibilita o embasamento teórico.

- **3ª Fase - coleta de dados:** de fundamental importância, pois é ela que dará o acesso aos materiais teóricos que irão embasar a proposta da pergunta norteadora e deve ser planejada e realizada com cautela. Nesse sentido, foram utilizados os seguintes descritores: LUTO X COVID-19; PSICOLOGIA X COVID-19; RITOS / LUTO X PSICOLOGIA.

- **4ª Fase - análise crítica dos estudos incluídos:** em sequência ao acesso do acervo teórico, com os descritores selecionados e escolha dos artigos, foi realizada a leitura dos títulos e dos resumos dos artigos dispostos, usados para embasamento desta RI, de acordo com as orientações da fase anterior.

- **5ª Fase - discussão dos resultados:** nesta etapa, a discussão se deu por meio da descrição e análise dos resultados conforme as teorias e variadas metodologias dispostas nos artigos usados como fontes teóricas, assim como as conclusões acerca dos pontos fundamentais que obtiveram os autores a respeito dos objetivos relacionados ao luto, à COVID-19, à psicologia, ao papel do psicólogo e aos ritos.

- **6ª Fase - apresentação da revisão integrativa:** trata-se da revisão clara, completa e sistematizada, para que o leitor possa avaliar criticamente os resultados. Foi exposta com o auxílio de uma tabela elaborada pelas pesquisadoras, na qual é possível comparações e revisões dos estudos selecionados.

No que se refere à RI, é um método eficaz de estudos na área da Saúde, como descrevem Souza, Silva e Carvalho (2010), por se tratar de uma metodologia fundamentada em evidências científicas. É um instrumento imprescindível para o campo da saúde, pois, por meio dela, é realizada a sintetização dos resultados que tratam de uma temática específica, corroboram para o conhecimento científico e contribuem, assim, na redução de vieses e erros.

Desse modo, a Revisão Integrativa da literatura, como metodologia de pesquisa, atende a demanda para alcançar o objetivo proposto neste estudo. Foram utilizados os acervos pelos indexadores Google Acadêmico, *SciELO* e *Pepsic*. Foram empregadas as combinações de descritores: luto x covid-19; psicologia x covid -9; ritos / luto x psicologia. Critérios de inclusão: artigos publicados entre 1985 (base histórica) a 2022; que possuam títulos e resumos relacionados aos temas e objetivos desta pesquisa; em língua portuguesa,

plataformas de fácil acesso e diversidade, para possibilitar o embasamento teórico. Foram excluídos todos os outros artigos que não estavam alinhados com o tema e que não estavam publicados em português. Ao final da Revisão Integrativa, foram utilizados o total de 18 artigos científicos, que atenderam aos critérios de inclusão e foram sistematizados, considerando os aspectos a seguir: ano de publicação; nome do artigo; nomes dos autores; referencial metodológico, organizados no Quadro 1.

Quadro 1 - Sistematização dos artigos da Revisão Integrativa

Ano de publicação	Título	Autor	Metodologia
2018	As experiências de perdas e luto na contemporaneidade: um estudo bibliográfico	Silvana Maria Pereira; Eliana Ferrante Pires	Levantamento bibliográfico
2020	Luto, religiosidade e espiritualidade: a resiliência através da fé no processo de luto familiar	Caroline Pereira Fernandes	Entrevista qualitativa
2015	Uma revisão da literatura acerca do processo de elaboração do luto no sistema familiar e os manejos usados por psicólogos nesse contexto	Vânia Maria Amaral Rodrigues	Não consta
2020	Processo de luto no contexto da COVID-19. Série: Saúde Mental e Atenção Psicossocial na COVID-19	Adriana Silveira Cogo, Bernardo Dolabella Melo; Daphne Rodrigues Pereira; Fernanda Serpeloni; Juliana Fernandes Kabad; Maria Helena Pereira Franco; Michele Souza e Souza	Não consta
2016	O terapeuta diante do luto e da deficiência: relato de um estudo de caso sobre atendimento a adolescentes com deficiência e a elaboração do luto	Laura Cláes Maranhão	Método Clínico
2022	Luto e perdas repentinas: Contribuições da Terapia Cognitivo-Comportamental	Lissia Ana Basso; Ricardo Wainer	Não consta

2006	A perspectiva biológica do luto	Katsumasa Hoshino	Não consta
2014	Terapia do Luto: contribuições e reflexões sob a perspectiva da Análise do Comportamento	Dafne Rosane Oliveira	Não consta
1985	Perda – Tristeza e Depressão	Edward John Mostyn Bowlby	Não consta
2011	O método da revisão integrativa nos estudos organizacionais	Louise Lira Roedel Botelho; Cristiano Castro de Almeida Cunha; Marcelo Macedo	Revisão bibliográfica
2006	Morte: uma visão psicossocial	Denise Stefanoni Combinato; Marcos de Souza Queiroz	Não consta
2018	Regulamenta a prestação de serviços psicológicos realizados por meios de tecnologias da informação e da comunicação e revoga a Resolução CFP nº 11/2012	CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA	Não consta
2020	Dispõe sobre regulamentação de serviços psicológicos prestados por meio de Tecnologia da Informação e da Comunicação durante a pandemia do COVID-19	CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA	Não consta
2004	Estratégias cognitivo-comportamentais de intervenção em Situações de crise	Frank M. Dattilio; Arthur Freeman	Não consta
1996	Luto e Melancolia	Sigmund Freud	Não consta
1996	Sobre a morte e o morrer	Elisabeth Kübler-Ross	Não consta
2016	Morte na família: um estudo exploratório acerca da comunicação à criança	Vanessa Rodrigues de Lima; Maria Julia Kovács	Não consta
2010	Revisão integrativa: o que é e como fazer	Marcela Tavares de Souza; Michelly Dias da Silva; Rachel de Carvalho	Levantamento bibliográfico

Fonte: Banco de informações construído pelas pesquisadoras.

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Com base em informações da Fiocruz (2020), o luto é um processo individual, em que cada pessoa experimenta, reage e enfrenta de forma particular e única, o qual pode impactar vários âmbitos da vida do indivíduo, tais como o familiar, o social, o profissional; e, ocorrer alterações psicológicas, cognitivas e comportamentais. O luto é percebido como o rompimento natural do vínculo entre o sujeito e seu ente querido, ou seja, a restrição da presença.

Segundo Fernandes (2020), o luto é definido como a perda de uma ligação significativa entre uma pessoa e seu objeto, um fenômeno mental e contínuo, no período do desenvolvimento humano. Geralmente, é acompanhado pela desafeição relativa ao mundo exterior.

Para melhor compreensão da temática do luto, será feita a disposição teórica das seguintes abordagens psicológicas: Psicanálise, Teoria Sistêmica, Terapia Cognitiva Comportamental (TCC) e Análise do comportamento (AC).

Freud (1996) foi o primeiro autor a iluminar o luto enquanto temática relevante para o entendimento deste como um processo psíquico. Em sua obra “Luto e Melancolia”, relata que o luto é um processo psíquico não-patológico, que ocorre após a perda de uma pessoa querida.

Na percepção de Bowlby (1985), tanto o luto sadio quanto o luto complicado envolvem inúmeros processos psicológicos. O autor considera que não se pode identificar se o luto é patológico, mediante ao comportamento ou pensamento da pessoa em luto, pois muitas dessas condutas são comuns nesta fase. Bowlby (1985) considera que o que diferencia o luto normal do patológico será a intensidade, duração e a frequência em que estes comportamentos se apresentam. O teórico compreende que o luto é um processo no qual envolve diferentes fases, podendo permear do luto ao restabelecimento. Rodrigues (2016) aduz que o luto não envolve somente a morte em si, mas, também, todas as probabilidades de perdas.

A Fiocruz (2020) dispõe que o luto é um processo individual, no qual vivencia-se sentimentos muito próprios e específicos do processo de elaboração do luto e da perda, que podem ser manifestados por comportamentos e

pensamentos diversos. Não está apenas relacionado à morte, mas também a algo (objeto) significativo.

Bowlby (1985) menciona que o luto pode ser vivenciado em quatro fases e considera os estudos de Parker com mulheres viúvas, descrevendo-as assim: entorpecimento; anseio e busca da figura perdida (que dura alguns meses e por vezes anos), desorganização e desespero; e, o maior ou menor grau de reorganização. Será disposto de forma breve como o autor expõe as quatro fases: na primeira fase, a do entorpecimento, é o momento no qual é descoberta a perda do objeto, momento de muita dor, que pode durar algumas horas ou dia; a segunda fase, a do anseio e busca da figura perdida, dura alguns meses e, por vezes, anos, começa-se a pensar na possibilidade da perda da figura ser real; na terceira fase, da desorganização e desespero, percebe-se e acredita-se que a perda é permanente, fase de grande vazio e dor; e, a quarta fase, de maior ou menor grau de reorganização e re-elaboração, pode durar em média dois anos e, nesse momento, o enlutado começa a “investir em outro objeto”, a pensar no futuro.

Maranhão (2016) pontua que, sob ponto de vista sistêmico, a morte é um ciclo transicional, que envolve o falecido e as pessoas enlutadas, no qual é possível identificar a função da morte e a sequência da vida dos que ficaram.

A psiquiatra Kübler-Ross (1996), diante da experiência com paciente terminal, propõe em seu modelo as cinco fases do luto: negação e isolamento; raiva; barganha; depressão; e, aceitação. Vale ressaltar que o modelo das cinco fases não é só usufruído pela teoria sistêmica.

A autora descreve as cinco fases: na primeira fase, de negação e isolamento, o sujeito nega a situação ou problema; na segunda fase, da raiva, o indivíduo manifesta a sua raiva diante do ocorrido, podendo também apresentar sentimentos tais como a revolta, inveja, ressentimento e se sente injustiçado; na terceira fase, da barganha, o sujeito procura meios para fazer algum tipo de acordo, com intuito de que as coisas voltem a ser como antes, comumente voltada para o campo religioso; na quarta fase, da depressão, a pessoa está em sofrimento profundo e são comuns sentimentos como a tristeza, desolamento, culpa, desesperança e medo; e, na quinta e última fase, da aceitação, é possível perceber que o indivíduo vivencia a aceitação do que aconteceu, de modo que os

sentimentos não estão mais à flor da pele e enfrenta-se a circunstância com consciência de suas perspectivas e limitações. Importante frisar que cada processo é único, podendo ocorrer em mais ou menos tempo e que está intrinsecamente relacionado ao vínculo relacional com seus pares.

Basso e Wainer (2011) asseveram que, a partir do ponto de vista da Terapia Cognitiva-Comportamental (TCC), no decorrer da vida são adquiridas e construídas crenças acerca de si, do mundo e futuro, e comumente as pessoas tendem a interpretar de forma errônea a respeito dos acontecimentos que as envolve. E, por meio desses pensamentos disfuncionais, pode-se gerar sofrimentos físicos, psicológicos, emocionais e sociais de uma pessoa.

Do ponto de vista de Dattilio e Freeman (2004), os eventos traumáticos, tais como situações ameaçadoras ou críticas e a perda de um familiar ou uma pessoa querida, são capazes de ativar as crenças disfuncionais. Assim, a TCC contribui com suas técnicas de intervenção para reformular os pensamentos disfuncionais, auxiliando na construção de estratégias de enfrentamento. No entendimento de Basso e Wainer (2011), como na TCC não há uma teoria que discorre especificamente o processo de luto, aborda-se acerca do processamento de informação, tais como: representações mentais, acesso, avaliação e execução de respostas.

Nesse sentido, a Terapia Cognitiva-Comportamental 'bebe' tanto da teoria de Bowlby (1985), que dispõe o luto em quatro fases: entorpecimento; anseio e busca da figura perdida, que dura alguns meses e por vezes anos; desorganização e desespero; e, grau de maior ou menor de reorganização, quanto da psiquiatra Kübler-Ross (1996), que estabelece cinco fases no processo de enlutamento: negação e isolamento; raiva; barganha; depressão; e, aceitação.

Na concepção de Basso e Wainer (2011), a TCC realiza intervenções terapêuticas, com o intuito de ajudar a pessoa em luto a elaborar estratégias para a promoção de respostas saudáveis, usando mecanismos e comportamentos, sejam eles aprendidos e/ou modificados. Podem-se destacar tanto as estratégias quanto as técnicas, e variar conforme o paciente. São elas: resolução de problemas; automonitoramento; treino de habilidades sociais; estratégias de *coping*; reestruturação cognitiva; e, prevenção e recaída.

Oliveira (2014) explana que, ao se falar da elaboração do luto, refere-se à experiência da perda, isto é, ter contato com as contingências da perda, com os estímulos aversivos, com a perda de reforçadores e também possivelmente ganhos de reforçadores, e manejar as novas contingências de maneira que os sofrimentos não impossibilitem o enlutado de realizar as atividades de rotina, que são reforçadoras.

Na opinião da autora (2014), o luto está relacionado ao estresse enfrentado por uma pessoa diante da perda e trata-se de uma mescla de comportamentos públicos e privados, incluindo a perda de reforçadores. Presume-se que, em algum momento, a pessoa deve passar pela circunstância do luto em sua vida, sendo ela pela morte ou demais perdas.

A Análise do Comportamento (AC) é outra abordagem que 'bebe' da teoria da psiquiatra Kübler-Ross (1996). Nas palavras de Oliveira (2014), falar-se em fases do luto é relevante, uma vez que a pesquisa tem como objetivo gerar conhecimento. Desse modo, é indispensável a sistematização para facilitar a comunicação entre os pesquisadores na realização de registros de forma adequada diante dos resultados encontrados em cada paciente. No entanto, é necessário enfatizar que cada processo de luto é individual e singular, sendo necessária análise crítica do comportamento e contexto relacionado ao processo vivenciado pelo enlutado, para não haver a universalização das fases e os períodos de duração experimentados por cada uma delas.

Pereira e Pires (2018) explicitam que os ritos são "cerimônias" que auxiliam no processo de elaboração dos sentimentos e a ressignificação dos mesmos. É a oportunidade de se despedir da pessoa que faleceu. É por meio dos ritos (os velórios, cerimônias fúnebres, o enterro, visitas aos cemitérios, o dia de finados) que os enlutados terão seus sentimentos validados, compartilhados e acolhidos, no qual se reúnem os familiares, amigos e parentes, ou seja, os ritos contribuem no processo de elaboração do luto e reduzem a possibilidade de luto longo e/ou complicado.

Na visão das autoras, na atualidade, os rituais de morte, tais como a extrema unção, velório na casa da família, procissão fúnebre e manifestações, foram substituídos por celebrações organizadas por funerárias, em lugar neutro e higiênico, com cortejos fúnebres rápidos e discretos, no qual o enlutado precisa

manter o autocontrole, não sendo permitido manifestar o tamanho e a intensidade de seus sentimentos. Além de todos os aspectos expostos acima, é de grande importância considerar a história, a crença e a cultura; que cada indivíduo é único, que enfrenta o processo de forma única e particular. Quanto mais a particularidade for ressaltada, melhor será a elaboração do processo de luto.

A partir do que revela a Fiocruz (2020), a pandemia da COVID-19 se espalhou rapidamente por centenas de países e, com a disseminação rápida, milhares de pessoas foram infectadas, algumas infelizmente mortas e outras curadas, fato que tem transformado drasticamente a sociedade contemporânea, em vários âmbitos. Essa tragédia pandêmica devastou milhares de famílias com mortes repentinas, o que ocasionou dor e desespero, comprometimento psicológico, comportamental e social. A perda de entes queridos ainda teve um agravante: não se despedir adequadamente com a limitação ou ausência dos ritos (velórios, missa e/ou culto, cerimônia fúnebres), devido ao risco de infecção do coronavírus.

A Fiocruz (2020) ainda observa que a referida pandemia traz impactos para a saúde mental, que podem envolver perdas e dores profundas. Diante disso, é necessário pensar em alternativas que possam ajudar a lidar com os novos aspectos de perdas na era do coronavírus, uma vez que os rituais em torno da morte são tão significativos para a elaboração do luto, que precisam ser reelaborados, desenvolvendo-se assim novas possibilidades que se adequem a esse contexto.

Como ponderado pela Fiocruz (2020), estratégias que podem auxiliar são os ritos virtuais remotos; livro de memórias virtuais (em que se pode deixar uma mensagem e assinatura); fazer memória do ente querido em casa, olhando as fotos e coisas que lembram aquela pessoa; capacitação da equipe de saúde que vai comunicar o falecimento; desburocratização do processo de sepultamento; rituais alternativos, bem como acionar a rede de apoio religiosa/espiritual e rede socioafetiva.

Nesse sentido, são essenciais estratégias que auxiliem no processo de elaboração do luto em tempos de pandemia, com o objetivo de amenizar os impactos da ausência dos ritos de passagens, que podem levar ao luto complicado, de maneira que o psicólogo desempenha um papel fundamental

nesse processo de elaboração e promoção de saúde mental. Em conformidade com Rodrigues (2016), o psicólogo atuará no acolhimento, por meio de uma escuta ativa/qualificada, técnicas e intervenções que possam reduzir e facilitar o processo de elaboração do luto, com o intuito de abrandar a dor e o sofrimento do enlutado.

Para isso, é relevante manter os atendimentos psicológicos, que foi salientado na Resolução nº 11/2018, do Conselho Federal de Psicologia (CFP), que, em seu Artigo 1º, “regulamenta a prestação de serviços psicológicos realizados por meio de tecnologias da informação e da comunicação” (CFP, 2018, p. 1). No entanto, a resolução citada sofreu algumas alterações por meio da Resolução CFP nº 04/2020, que objetivou, acerca dos atendimentos online, cessar temporariamente os atendimentos presenciais, não deixando de salientar a exigência de conhecer o Código de Ética do Profissional de Psicologia, para que sejam cumpridos os princípios éticos que regem a profissão: “a promoção à saúde e a atuação com responsabilidade social, analisando crítica e historicamente a realidade política, econômica, social e cultural” (CFP, 2020, p. 1).

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com a realização deste estudo, constatou-se que viver o processo do luto, geralmente, é importante na vida das pessoas, circunstância que se tornou mais complicada e dolorosa no período da pandemia da COVID-19, em razão da impossibilidade da realização de ritos tradicionais de despedida.

Diante disso, a pesquisa teve como objetivo geral a compreensão das transformações culturais acerca da morte. E pode-se notar que, gradativamente, os ritos foram reduzidos; o que era realizado em casa, na igreja e em procissões fúnebres foram substituídos por celebrações organizadas por funerárias, em lugar neutro e higiênico, com cortejos rápidos e discretos, onde o enlutado é submetido ao autocontrole, não sendo permitido manifestar o tamanho de sua dor. Isso se agravou severamente o período pandêmico, em que em muitas circunstâncias foram extintas pelo risco de contágio.

O luto é um processo subjetivo, no qual o enlutado experimenta a perda de um objeto ou uma pessoa querida, marcado por fases (de acordo com cada abordagem teórica), com maior ou menor duração. E, por mais doloroso que seja, é um processo necessário para elaboração e ressignificação desta perda. Caso seja mal elaborado, pode afetar vários âmbitos da vida de uma pessoa, particularmente o psicológico e emocional.

Portanto, foi possível observar, por meio deste, que os ritos de despedidas são necessários e eficazes. Os ritos que auxiliam a elaboração do luto podem ocorrer através dos velórios, cerimônias fúnebres, enterro, visitas aos cemitérios, o Dia de Finados, momento em que os enlutados terão seus sentimentos validados, compartilhados e acolhidos, e que se reúnem os familiares, amigos e parentes.

Assim, é explícita a relevância do psicólogo no processo da elaboração do luto durante a pandemia da COVID-19, em que há a ausência dos tradicionais ritos. O profissional atuará por meio de uma escuta ativa, aplicação de técnica e intervenções, que contribuem para melhor elaboração do luto e redução de possíveis complicações e/ou um luto estendido. E, face ao contexto pandêmico, foram necessárias modificações nos atendimentos, que eram realizados em consultórios (presenciais), passando a ocorrer de forma online, por meio de videochamadas, com utilização de plataformas e aplicativos compatíveis com a tecnologia adequada, considerando os princípios éticos e de sigilo, conforme orientação do Conselho Federal de Psicologia.

Diante do exposto, vê-se a necessidade de ampliação nas discussões acerca da temática, para que, assim, deixe gradativamente de ser um tabu, facilitando o processo de manejo do luto, da dor e dos sofrimentos em situações de perda. Destaca-se a importância do psicólogo, que fará o papel de mediador por meio de intervenções e aplicação de técnicas adequadas no processo de acompanhamento terapêutico.

REFERÊNCIAS

BASSO, Lissia Ana; WAINER, Ricardo. Luto e perdas repentinas: contribuições da Terapia Cognitivo-Comportamental. **Rev. bras.ter. cogn.**, Rio de Janeiro , v. 7, n. 1, p. 35-43, jun. 2011. Disponível em:

Psicologias em Movimento - v.3, n.1: jan-jul, 2023.

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872011000100007&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 17 maio 2022.

BOTELHO, Louise Lira Roedel; CUNHA, Cristiano Castro de Almeida; MACEDO, Marcelo. O método da revisão integrativa nos estudos organizacionais. **Gestão e Sociedade**, [S. l.], v. 5, n. 11, p. 121-136, 2011. DOI: 10.21171/ges.v5i11.1220. Disponível em: <https://www.gestaoesociedade.org/gestaoesociedade/article/view/1220>. Acesso em: 3 abr. 2022.

BOWLBY, J. **Apego e Perda**. v. III. Perda – Tristeza e Depressão. São Paulo: Martins Fontes, 1985.

COMBINATO, Denise Stefanoni; QUEIROZ, Marcos de Souza. Morte: uma visão psicossocial. **Estud. psicol.**, Natal, v. 11, n. 2, p. 209-216, ago. 2006. DOI: 10.1590/S1413-294X2006000200010. Disponível em: http://old.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2006000200010&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 14 out. 2022.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Resolução nº 4, de 26 de março de 2020**. Dispõe sobre regulamentação de serviços psicológicos prestados por meio de Tecnologia da Informação e da Comunicação durante a pandemia do COVID-19. Brasília – DF, 30 de março de 2020. Disponível em: <https://atosoficiais.com.br/cfp/resolucao-do-exercicio-profissional-n-4-2020-pandemia-do-covid-19?origin=instituicao&q=04/2020>. Acesso em: 18 maio 2022.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Resolução nº 11, de 11 de maio de 2018**. Regulamenta a prestação de serviços psicológicos realizados por meios de tecnologias da informação e da comunicação e revoga a Resolução CFP nº 11/2012. Brasília - DF, 11 de maio de 2018. Disponível em: <https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2018/05/RESOLU%C3%87%C3%83O-N%C2%BA-11-DE-11-DE-MAIO-DE-2018.pdf>. Acesso em: 18 maio 2022.

DATTILIO, Frank M.; FREEMAN, Arthur M. **Estratégias cognitivo-comportamentais de intervenção em situações de crise**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2004. 384 p. ISBN 8536300205.

FERNANDES, Caroline Pereira. **Luto, religiosidade e espiritualidade: a resiliência através da fé no processo de luto familiar**. 49 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Psicologia) – Universidade do Extremo Sul Catarinense – UNESC, Criciúma, 2020. Disponível em: <http://repositorio.unesc.net/bitstream/1/7937/1/Caroline%20Pereira%20Fernandes.pdf>. Acesso em: 02 maio 2022.

FREUD, S. Luto e Melancolia. *In*: FREUD, S. **Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud**. Rio de Janeiro: Imago, 1996. p. 245-263.

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ (FIOCRUZ). Processo de luto no contexto da COVID-19. **Saúde Mental e Atenção Psicossocial na COVID-19** (Série), 2020. Disponível em: <https://portal.fiocruz.br/documento/saude-mental-e-atencao-psicossocial-na-pandemia-covid-19>. Acesso em: 11 abr. 2022.

HOSHINO, Katsumasa. A perspectiva biológica do luto. *In*: GUILHARDI, H. J.; AGUIRRE, N. C. **Sobre Comportamento e Cognição**. v. 17. Santo André: ESETec Editores Associados, 2006. p. 313-326.

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

LIMA, Vanessa Rodrigues de; KOVACS, Maria Julia. Morte na família: um estudo exploratório acerca da comunicação à criança. **Psicol. cienc. prof.**, Brasília, v. 31, n. 2, p. 390-405, 2011. DOI: 10.1590/S1414-98932011000200014. Disponível em: http://old.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932011000200014&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 14 out. 2022.

MARANHÃO, Laura Cláes. **O terapeuta diante do luto e da deficiência**: relato de um estudo de caso sobre atendimento a adolescentes com deficiência e a elaboração do luto. Instituto Sistêmico, 2016. Disponível em: http://institutofamiliare.com.br/wp-content/uploads/2018/10/Laura-Maranh%C3%A3o-2016_O-terapeuta-diante-do-luto-e-da-defici%C3%Aancia.pdf. Acesso em: 02 maio 2022.

OLIVEIRA, Dafine Rosane. **Terapia do Luto**: contribuições e reflexões sob a perspectiva da Análise do Comportamento. 37 f. Trabalho apresentado como requisito do Curso de Especialização em Terapia Comportamental: teoria e prática, oferecido pelo Hospital Universitário da Universidade de São Paulo, 2014. Disponível em: https://www.academia.edu/7455245/Terapia_do_Luto_contribui%C3%A7%C3%B5es_e_reflex%C3%B5es_sob_a_perspectiva_da_An%C3%A1lise_do_Comportamento. Acesso em: 02 maio 2022.

PEREIRA, Silvana Maria; PIRES, Eliana Ferrante. As experiências de perdas e luto na contemporaneidade: um estudo bibliográfico. **Revista de Educação UNG ser**, Guarulhos, v. 13, n. 1, 2018. Disponível em: <http://revistas.ung.br/index.php/educacao/article/view/2837>. Acesso em: 05 set. 2022.

RODRIGUES, Vânia Maria Amaral. Uma revisão da literatura acerca do processo de elaboração do luto no sistema familiar e os manejos usados por psicólogos nesse contexto. **Psicologia.pt**, 06 maio 2016. Disponível em: https://www.psicologia.pt/artigos/ver_artigo.php?uma-revisao-da-literatura-acerca-do-processo-de-elaboracao-do-luto-no-sistema-familiar-e-os-manejos-usados-por-psicologos-nesse-contexto&codigo=A0996. Acesso em: 18 maio 2022.

SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Rachel de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein**, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102-106, mar. 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s1679-45082010rw1134>. Acesso em: 3 abr. 2022.