

O LUTO DIANTE DA MORTE E PERDA DE UM ENTE QUERIDO

Cláudia Cristina Martins¹

Larissa Isaura Gomes²

INTRODUÇÃO: A morte é uma temática cercada por mitos, crenças e tabus. As pessoas, de um modo geral, frequentemente não estão preparadas para lidar com a finitude humana. **OBJETIVO:** Considerando que a morte é uma condição de vida, o objetivo deste trabalho é buscar a compreensão do luto, no qual envolve diversas manifestações psicossociais, visando conhecer algumas das fases que os enlutados atravessam para aliviar a dor da perda e do sofrimento. **METODOLOGIA:** De natureza qualitativa, a construção desta pesquisa deu-se a partir de um levantamento bibliográfico em bases de dados eletrônicas, a saber: SciELO, BVS, Bireme, Domínio Público e em periódicos virtuais de universidades federais, a saber: UFU, UFMG e USP considerando-se os descritores, critérios de inclusão e de exclusão previamente definidos. Priorizaram-se artigos, dissertações, teses e obras publicadas exclusivamente em português e preferencialmente no idioma português na área da psicologia. **RESULTADOS:** Segundo FREUD (1917), o luto, de modo geral é a reação à perda de um ente querido, entendido como objeto no qual houve investimento libidinal. Freud não vincula o luto a uma condição patológica, apesar de envolver desinteresse pelo que constitui atitude normal para com a vida, e considera não ser necessário submeter o enlutado a tratamento médico, julgando ser inútil ou mesmo prejudicial qualquer interferência, sendo que após certo tempo será superado. Kubler-Ross (1996) publicou, em 1969, seu clássico livro *Sobre a Morte e o Morrer* que, contribuiu de modo significativo para compreensão do desenvolvimento do processo de luto em estágios. Cabe ressaltar que cada pessoa tem seu próprio percurso no processo de luto, manifestando ou não as características de cada fase apresentada. Kubler-Ross (1996) identificou cinco fases: 1) Negação e isolamento: Trata-se de um momento em o enlutado se recusa a confrontar a situação. O isolamento também ocorre nessa fase. 2) Raiva: não sendo mais possível negar a perda, surge a raiva acompanhada de ressentimento, revolta. 3) Barganha: Na negociação – o que pode ocorrer antes ou depois da morte – fantasiamos a ideia de reverter o processo, e buscamos estratégias para tornar isso possível.

¹Graduanda em Psicologia pela Faculdade Cidade de Coromandel (FCC). Monitora Social do Centro de Referência da Assistência Social (CRAS) na Prefeitura Municipal de Coromandel.

²Mestre em Saúde do Trabalhador pela Universidade Federal de Uberlândia (UFU). Especialista em Psicologia Jurídica pela Universidade Cândido Mendes (UCAM) – RJ. Pós-Graduanda em Gestão Pública pela Universidade Federal de Uberlândia (UFU). Graduada em Psicologia. Psicóloga do Centro de Atenção Psicossocial (CAPS I). Docente da Faculdade Cidade de Coromandel (FCC) nos cursos de graduação e pós-graduação. Psicóloga no Setor Psicopedagógico da Faculdade Cidade de Coromandel (FCC).

4) Depressão: O enlutado deixa de fantasiar realidades paralelas e volta ao presente com uma profunda sensação de vazio, porque se conscientiza plenamente que a pessoa querida já não está mais entre ele.

5) Aceitação: É o momento em que se aceita a morte do ente querido, quando o enlutado aprende a continuar vivendo em um mundo que o ente querido não estará mais, e aceita que esse sentimento de superação faz bem. Em parte, essa fase se dá porque o traço que a dor emocional do luto causa vai se extinguindo com o tempo, é uma fase necessária para reorganizar ativamente as próprias ideias e confortar o esquema mental. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Embora focando nas contribuições da psicologia sobre o tema, é possível vislumbrar quantos outros estudos ainda podem ser realizados sobre o tema. Através das pesquisas realizadas foi possível perceber a importância de se compreender o luto enquanto processo com reações e comportamentos comuns naqueles que vivenciam o luto, mas também que existem diferenças individuais que devem ser consideradas. Portanto é necessário que o enlutado possa enfrentar o luto trabalhando a perda em si, de forma ativa e buscar auxílio profissional quando não conseguir fazê-lo. O luto em si exige tempo necessário para elaborar.

Palavras-chave: Luto. Fases do luto. Tanatologia.