

## Uma abordagem abrangente e compreensiva sobre o luto no século XXI

A comprehensive and compressive approach to bereavement in the 21<sup>st</sup> century

Un enfoque integral y compresivo del duelo en el siglo XXI

Franco, M. H. P. (2021). *O luto século 21: uma compreensão abrangente do fenômeno*. Summus Editorial.

O livro "O luto no século 21: uma compreensão abrangente do fenômeno" foi publicado durante o período da pandemia da Covid-19, ao final do ano de 2021. Até esse período, no mundo todo, haviam sido registrados mais de 258 milhões de casos da doença e mais de 5 milhões de mortes, segundo dados da OMS.<sup>1</sup> Psicoterapeutas, professores e profissionais de diversas áreas, entre milhões de pessoas, se depararam com rupturas no seu mundo pessoal, seja devido à perda de entes queridos, do emprego, de interações sociais e de significados profissionais, com novas situações de trabalho impostas pela pandemia. As rotinas profissionais foram realizadas

\* Pós-doutorado junto ao programa de Pós-graduação em Psicologia Clínica da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC/SP). Doutora em Psicologia pela Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). Professora Adjunta do curso de graduação em Psicologia e do Programa de Pós-graduação em Psicologia da Universidade Federal de Santa Catarina. Atua no Mestrado Profissional em Saúde Mental e Atenção Psicossocial do Departamento de Saúde Pública da mesma universidade. CV: <http://lattes.cnpq.br/7745723516398229>

World Health Organization. (2021). *WHO Coronavirus (COVID-19). Dashboard*. <https://data.who.int/dashboards/covid19/cases?n=c>

no domicílio e permeadas pelo trabalho virtual e remoto. O sentimento deste período foi, conforme a autora, “viver sob a mão pesada de uma pandemia e suas restrições, seus números assustadores, e às vezes, a brutal experiência de impotência diante da necessidade de viver um chamado novo ainda não descrito, mas construído a cada dia” (p. 114). O livro foi muito bem recebido por grupos de pesquisa, profissionais e estudantes de diversas áreas e cenários de estudo e de trabalho e vem possibilitando reflexões sobre os desafios do enlutamento e ações terapêuticas no século XXI, aspectos também citados no prefácio feito pelo psiquiatra Colin Murray Parkes.

Maria Helena Pereira Franco é psicóloga, mestre e doutora em Psicologia Clínica pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, com dois pós-doutorados na Universidade de Londres (*London School of Hygiene and Tropical Medicine* e na *University College London*). É especialista em luto há mais de quarenta anos. Atua como professora na área de Psicologia Clínica na Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. Nesta atuação, fundou pioneiramente o Laboratório de Estudos e Intervenções sobre o Luto - LELu, em 1996.<sup>2</sup> Desde então, a autora realiza diversas ações terapêuticas inovadoras na clínica psicológica, junto à sua equipe de pesquisadores e profissionais reunidos em funções de situações coletivas de grandes perdas, como as ocasionadas por desastres. Também forma terapeutas e pesquisadores e contribui com instituições de ensino e associações profissionais.<sup>3</sup>

Há outros livros importantes da autora, sendo que alguns deles foram publicados em parceria com outros autores. Citam-se alguns: *A Psicoterapia em Situações de Perdas e Lutos*; *Nada sobre mim sem mim*; *Estudos Avançados sobre o Luto*; *Vida e morte: laços da existência*; *A Intervenção Psicológica em Emergências: fundamentos para a prática*; *Atendimento Psicoterapêutico no Luto*; *Reflexões sobre o luto: práticas interventivas e especificidades do trabalho com pessoas enlutadas*; *A experiência no suporte emocional a enlutados na COVID-19*; *Quality of life among caregivers of patients with Glioblastoma Multiforme*; *Formação e Rompimento de Vínculos: o dilema das perdas na atualidade*; *Ensaio sobre Formação e Rompimento de Vínculos Afetivos*, entre outros.

O tema das perdas no ciclo vital da autora e a importância do cuidado aos seus lutos também está presente na sua narrativa, que é afetiva, cuidadosa, reflexiva e compreensiva. Ao longo dos cinco capítulos que compõem o livro, ela faz menção a estudos publicados majoritariamente por autores europeus e norte-americanos, sobretudo, a partir da metade do século XX e do início do século XXI. É dado destaque às teses, dissertações e artigos realizados por brasileiros sobre várias temáticas acerca do luto, bem como ao tema dos ritos de morte no Brasil colonial e contemporâneo, a partir de reflexões do que é próprio no território nacional.

<sup>2</sup> Fiz parte da primeira formação de jovens pesquisadores sobre o luto no LELu como orientanda da professora Maria Helena Franco, no Programa de Psicologia da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. Posteriormente, de 2019 a 2020, no período inicial da pandemia, pude desenvolver os meus estudos de pós-doutorado no referido laboratório.

<sup>3</sup> A autora participa de grupos de trabalho e associações profissionais, ora ocupando cargos da diretoria ora como representante brasileira do Grupo Internacional sobre Morte, Morrer e Luto, Academia Nacional de Cuidados Paliativos, Associação Brasileira Multiprofissional sobre o luto e Sociedade Brasileira de Psico-Oncologia.

Ademais, o livro traz um panorama abrangente e compreensivo sobre o fenômeno do luto composto por vários temas que constituem sua espinha dorsal, a saber: 1) conceitos sobre luto, pesar e depressão; 2) modelos teóricos sobre o luto; 3) multidimensionalidade de perspectivas sociais, psicológicas, culturais sobre o fenômeno da morte, morrer e do luto; 4) dimensão biológica na formação e rompimento de um vínculo de apego; 5) diversidade de lutos e seus aspectos teóricos; 6) mediadores da vivência e expressão do luto e atribuições de significados à morte; 7) aspectos que promovem ações terapêuticas e avaliações cuidadosas em diversos contextos; 8) efeitos e resultados das intervenções no luto propostos pelas práticas de apoio ao luto; e 9) direcionamentos contemporâneos na atenção aos enlutados em situações de perdas específicas.

Este conjunto de temas é consonante à formação do pensamento psicológico sobre o luto na contemporaneidade, tanto no campo de pesquisas quanto das práticas em psicologia e psiquiatria (Walter, 2007). Estes campos estão compostos por investigadores e terapeutas que constroem um mundo social e linguístico dotado de significados sobre os recursos, potencialidades e vulnerabilidades no luto em termos do que é considerado adaptativo e cujas ações terapêuticas de atendimento são vinculadas às noções de reações/estágios de luto, tarefas de luto, trajetórias e consequências do luto. Para tanto, a autora prioriza discussões sobre a oferta de ações terapêuticas aos enlutados.

Nos primeiros dois capítulos se compreende qual é a tradição de pesquisa ocidental moderna sobre o luto, que é conceituado como experiência cognitiva e emocional. Franco fundamenta esta tradição por meio das teorias do apego, da psicanalítica, da transição psicossocial, das tarefas de luto e a relativa ao modelo do processo dual do luto. No capítulo 2, especialmente, vemos o posicionamento epistemológico da autora alinhado ao modelo etológico do apego e à visão socioconstrutivista da construção de significados. Com efeito, ela define o luto como “um processo de construção de significado em decorrência do rompimento de um vínculo” (p. 24) ou como uma crise de significados que surge da discrepância entre o que o mundo deveria ser e o que o mundo é após a perda.

Seguindo o aforisma “cada processo de luto é como nenhum processo de luto” (Worden, 2013), vemos o posicionamento socioconstrutivista da autora quando traz as influências da experiência individual de luto e que se referem aos recursos e vulnerabilidades quanto ao estilo de vinculação (seguro ou inseguro), à história da perda e à base segura provida da rede familiar. A partir dessas influências, dá destaque para o protagonismo do sujeito enlutado que agencia suas necessidades de luto em colaboração com terapeutas de luto, quanto ao que lhe cabe e ajusta na reconstrução da sua auto narrativa.

No capítulo 3, ela retoma alguns achados teóricos dos psiquiatras Elisabeth Klüber- Ross, John Bowlby e Colin Murray Parkes a respeito das fases de luto e não descarta a importância deste enfoque. Contudo, dá destaque à visão de John Bowlby e Colin Parkes, evidenciando aspectos teóricos e práticos que esta visão pode trazer aos enlutados e terapeutas do luto. Outro aspecto importante é a discussão de alguns pontos que podem ser sobrepostos ou

mal-entendidos na atenção clínica a enlutados, seja quando se avalia as respostas depressivas,<sup>4</sup> as respostas de pesar singulares ou mesmo os sintomas de luto prologando. Para tanto, são discutidos os aspectos complicados das respostas de pesar por meio dos estudos sobre luto traumático, luto complicados e os fatores de risco associados.

O capítulo 3 também põe em discussão a dimensão da cultura e dos significados de cada comunidade ou país sobre o que representam as respostas patológicas de luto. No Brasil, se conta apenas com dois instrumentos validados para avaliar a condição complicada do luto da população brasileira (Alves *et al.*, 2016; Delalibera, 2017) e uma medida da epidemiologia do luto prolongado de brasileiros. Por isso, a autora tem um olhar cuidadoso e crítico para a transposição de resultados estrangeiros de pesquisas sobre o luto com complicações para o Brasil, sobretudo, aqueles que se referem aos países europeus e norte-americanos. Outra temática deste capítulo é quanto aos diferentes tipos de perdas que desafiam as definições normativas acerca do fenômeno do luto, que exigem revisões teóricas constantes e atualizadas, tendo em vista os aspectos socioculturais do luto e as práticas de saúde em torno da morte e do morrer.

Maria Helena Franco retoma os pressupostos que fundamentam o conceito de luto não reconhecido discutido pelo psicólogo inglês Kenneth Doka, associando-os aos sintomas da cultura pós-moderna, a exemplo do fracasso da empatia que acompanha a formação de vínculos frágeis e efêmeros, bem como dos modelos de apego inseguro (outra forma de fracasso da empatia do enlutado para com a sua dor). Outro aspecto sintomático da cultura pós-moderna por ela citado é quanto à dificuldade de formação de vínculos contínuos, ou seja, a experiência de manter laços simbólicos com a pessoa que morreu, tema que é proposto pelos psicólogos norte-americanos Dennis Klass, Steven Nickman e Phyllis Silverman.

A diferença do luto antecipado e do luto antecipatório e os lutos simbólicos também são tópicos abordados na obra. A autora fala sobre as perdas no amplo processo de envelhecimento, também em situações específicas, como a perinatal, a de um animal de estimação ou companhia, a do desaparecimento de um filho, as de uma pessoa religiosa, de um amigo, a por suicídio, as ocorridas no ambiente de trabalho, por ocasião do divórcio e de separações, as perdas das migrações involuntárias ou voluntárias, a dos apátridas e pessoas em situação de refúgio, as advindas dos desastres coletivos e as situações de violência cotidiana, entre outras.

Perdas diversas reivindicam olhares específicos e de reconhecimento da sociedade pelos seus impactos na vida emocional e social das pessoas. O luto da família é discutido como unidade de vínculos significativos com valores culturais próprios e dinâmicas adaptativas específicas diante da doença e morte de um filho ou um cônjuge. Os lutos dos profissionais de saúde são discutidos com muita atenção, pois possuem realidades complexas e interrelacionadas ao sofrimento moral, à fadiga por compaixão e à síndrome de burnout. Neste tipo de luto, a autora discute o posicionamento ético quanto a cuidar de si como relacionado ao cuidar do outro.

<sup>4</sup> A quinta revisão do Manual Diagnóstico de Transtorno mentais (DSM-V) retirou o luto como excludente do Transtorno Depressivo Maior (TDM) e pessoas enlutadas podem ser diagnosticadas dessa forma se atender aos critérios específicos para o TDM.

A cultura individualista da sociedade ocidental tornou hegemônica a modalidade do luto privado nos séculos XIX e XX, cujas narrativas culturais de luto na atualidade se referem à solidão e a individualização do sofrimento (Franco, 2021). Para tanto, o desafio da autora, a partir do capítulo 4, é a discussão da expressão do pesar mediada por processos socioculturais e, também, como se dá a coexistência do luto público e coletivo com o privado, aspecto abordado pelas lentes do sociólogo Tony Walter (2007). Para a autora, o que está em questão é reconhecer a singularidade dos signos diversos e os múltiplos níveis da cultura de cada pessoa em termos de regras de luto, rituais, emoções e cognições. Sobretudo, o fato de que a expressão do luto é uma experiência construída na intersecção com a cultura, muito antes de a perda ter acontecido. Nas suas palavras “pode-se dizer, então, que um luto teve início até mesmo antes das pessoas se vincularem, pois ele foi construído historicamente pela herança cultural que dá significado às relações, às práticas espirituais ou religiosas e à compreensão do mundo” (p. 100). Contudo, esta ideia e sua complexidade poderiam ter sido mais bem esclarecidas ao longo do livro.

A religião e a espiritualidade têm um papel importante no processo de construção sociocultural do luto, e isto é visto na obra como uma dimensão importante que media a experiência individual da perda, seja como crença ou prática de sentido para a vida e à morte ou ainda como estruturas de significados que estão postas previamente na realidade social e linguística de cada pessoa e comunidade.

O recurso da espiritualidade pode ser visto como uma estratégia de cuidado de si na medida que promove a subjetivação da morte e do luto como experiência complexa, tanto para o enlutado quanto para sua comunidade (Luna, 2020). Nesse sentido, a autora reforça o entendimento do professor, terapeuta e pesquisador Robert Niemeyer (2020) de que o crescimento pós-traumático após uma perda ainda é uma questão que recebeu poucos estudos, sobretudo, acerca dos fatores que influenciam a reconstrução e transformação da autonarrativa do enlutado (estruturas de significados).

A partir do capítulo 5, Franco discorre sobre o que é importante para quem pretende realizar atendimentos com pessoas enlutadas, citando, por exemplo, aspectos que compõem as ações denominadas de terapêuticas no luto. Ela não define uma categoria profissional privilegiada para atender enlutados, pois valoriza que as ações terapêuticas devem ter um propósito de ajuda e estar alinhada às habilidades necessárias para realizá-las, ao afirmar que “há uma diferença significativa entre ter uma compreensão geral e ter as habilidades e a formação necessárias para executar uma ação terapêutica” (p. 117). Outro aspecto abordado no livro são as competências emocionais e cognitivas dos profissionais para atuar com o tema da morte, do morrer e do luto. Para tal, cita como importante a formação teórica, a experiência prática com o tema e o autocuidado do profissional. Grande destaque é dado pela autora para a discussão da ética profissional, da ética dos terapeutas, da bioética aplicada e da formação em cursos de pós-graduação *latu sensu* ou *stricto sensu* e/ou atividades de supervisão e terapia pessoal.

Ao discorrer sobre quem é a pessoa que pode se beneficiar das ações terapêuticas para o luto, a autora recorre a alguns pontos teóricos importantes, tais como: a) definição de luto normal - como reação e processo esperado pela cultura diante de uma perda e que

é composto por cinco dimensões do sofrimento (intelectual, físico, emocional, espiritual, social/cultural); b) os dados epidemiológicos do luto prolongado (que afeta cerca de 10 a 20% de enlutados); e c) os preditores de complicações no luto (evidenciados na intensidade, morbidade e prolongamento do luto com vivências de abuso de álcool e tabaco, distúrbios do sono, incapacidade funcional, hipertensão, incidência de câncer, elevada ideação suicida, redução da qualidade de vida e inúmeras hospitalizações).

Maria Helena Franco aborda a possibilidade de se fazer o diagnóstico do luto com complicações quando a tristeza se transforma em pesar depressivo. Nesta avaliação diagnóstica, são considerados o estilo de vinculação insegura e ambivalente, cujas características predispoem o enlutado a reagir por meio de estratégias específicas, com intensidade e sintomatologias de hiperativação, ansiedade, raiva, frustração e a insegura evitativa. Os efeitos e resultados das intervenções no luto são igualmente apontados por ela por meio dos estudos de eficácia realizados logo após a perda ou durante acompanhamento posterior. A autora cita as abordagens psicoterapêuticas para reações complexas de luto, a exemplo das terapias cognitiva e comportamental, de dessensibilização e reprocessamento por meio do movimento dos olhos (EMDR), da corporal, além dos grupos de apoio, da linguagem cinematográfica e das práticas criativas propostas pelos psicólogos Robert Niemeyer e Joanne Cacciatore. Outro aspecto discutido é o uso da técnica ou o uso pelo técnico que delas se valem para atuar com demandas de luto. Para tanto, Franco traz o questionamento dos parâmetros para avaliar o cuidado ao enlutado não apenas em relação às competências ou percepções do clínico sobre sua autoeficácia no uso das técnicas, mas também quando e para quem a terapia é verdadeiramente uma ajuda, considerando que os enlutados nem sempre avaliam bem os tipos de terapias aos quais são encaminhados.<sup>5</sup>

No capítulo 5, estão enfocados os aportes teóricos e os apontamentos que sustentam a avaliação de aspectos prioritários da terapia familiar com pessoas enlutadas e suas famílias em contextos de cuidado paliativos. Inclusive, durante a pandemia da Covid-19, por meio dos atendimentos realizados de forma online. São apresentadas intervenções em ambientes de trabalho em situações de luto por suicídio ou resultante de grandes desastres. Outro aspecto citado é o olhar especial para o cuidador principal que se dedica a uma pessoa doente, o qual pode ter a sua saúde em risco. O papel dos profissionais paliativistas na prevenção do luto complicado é abordado, bem como a comunicação compassiva como facilitadora, ao se abordar as diretivas antecipadas de vontade.

Destaca que ações terapêuticas no luto exigem planejamento conforme as variações das demandas de luto e que a tomada de decisões deve ser contextualizada em termos de técnicas e habilidade necessárias para executar ações que produzam sustentação, proteção e segurança ao enlutado ao longo do tempo. O profissional, ao oferecer o cuidado, recorre a conhecimentos técnicos e à sua experiência em estar ao lado da pessoa em luto (Franco, 2021).

<sup>5</sup> Por exemplo, a autora discute os aspectos problemáticos quanto a facilitação de grupos de apoio ao luto que estejam moldadas ideologicamente por meio dos parâmetros de uma perspectiva religiosa específica, desconsiderando as amplas necessidades de apoio de cada pessoa e a afiliação religiosa do enlutado, e que é anterior à perda.

A intervenção no luto devido a perdas em ambientes de trabalho é vista como revolucionária em uma sociedade capitalista, também por ser um luto não reconhecido, inclusive, na legislação trabalhista brasileira, abrindo “um espaço de escuta e compartilhamento, que vai muito além de obter resultados e de indicadores de produtividade” (p. 144). As instituições universitárias e escolas, entre outros setores, são alvo da exposição das intervenções possíveis. A intervenção no luto por suicídio é tematizada a partir da complexidade deste tipo de sofrimento, cujas reações podem ser acolhidas na psicoterapia focal e grupos de apoio comunitários.

Um ato terrorista ou um acidente climático são tematizados como eventos catastróficos, com destaque aos fatores sociais, desenvolvimentais, psicológicos, ambientais e situacionais que fazem com que estes acontecimentos sejam vivenciados como uma crise, e a sua intervenção deva ocorrer de modo diferenciado da psicoterapia do luto e de psicoterapia focada no problema. Há situações catastróficas que levam ao desaparecimento de pessoas e o desaparecimento ou inexistência de corpos (como em acidentes aéreos ou assassinatos). Logo, a perspectiva da intervenção na perda ambígua é discutida.

A autora finaliza o capítulo 5 pontuando a importância da constituição de uma clínica individual ou grupal com enlutados, pautada na tomada de decisões éticas e no uso de técnicas que têm implicações na coconstrução de significados junto aos enlutados e de relacionamentos seguros que dão suporte às terapias realizadas. O profissional estabelece objetivos de trabalho com pessoas em contextos singulares, mas é o respeito à prática como um todo que se deve observar, como afirmado por Franco: “para se obter ganhos em respeito e resultados, é imperativo que as decisões sejam construídas visando não apenas a um caso específico, mas à prática como um todo” (p. 78).

Por fim, a autora apresenta parâmetros para avaliar o processo de luto adaptativo, como os movimentos oscilatórios protagonizados pelo enlutado entre processar a realidade da perda e realizar adaptações psicossociais, sendo que estes se referem às ações e recursos de elaboração das emoções do pesar, relacionados à revisão do mundo presumindo e à redefinição da relação com a pessoa que morreu. Outro parâmetro apontado autora na obra aqui resenhada é quando o enlutado se lembra do ente querido sem sentir a dor aguda do luto (embora sinta tristeza), não manifesta dores físicas e emocionais e conta com a possibilidade de retomada paulatina do interesse pela vida, com esperança e planos.

O pensamento decolonial sobre o luto tem destacado os aspectos específicos das diversidades e interseccionalidades que compõem as histórias de vida em termos dos recursos de apoio e vulnerabilidades da pessoa enlutada e que se referem ao gênero, idade, sexualidade, deficiência, raça e inserção social (Hamilton *et al.*, 2022). Estes aspectos não são abordados diretamente no livro e há uma lacuna importante sobre as ações terapêuticas para além da categoria clínica, uma vez que os recursos de apoio podem estar situados no âmbito das relações comunitárias mais amplas. Outra lacuna do livro é a ausência de discussões sobre os tipos de suporte social ofertados aos enlutados no âmbito comunitário e o papel das redes de apoio informais no luto, sobretudo, porque estes tipos de suporte transcendem os conceitos e aportes terapêuticos da clínica individual.

Como procurei demonstrar, o livro traz um legado importante para terapeutas, pesquisadores e pensadores sobre o luto na nossa contemporaneidade, uma vez que situa os leitores quanto à tradição ocidental sobre o tema, além dos aportes teóricos psicológicos e das intervenções sobre o luto. Traz as importantes contribuições de autores contemporâneos sob o olhar socioconstrutivista, destacando o risco da medicalização diante do fenômeno pelo uso indiscriminado de rótulos diagnósticos e apropriações de termos e pesquisas sem a contextualização da expressão e compreensão do luto como fenômeno sociocultural.

## Referências Bibliográficas

- Alves, T. M.; Oliveira, M.C. & Lotufo-Neto, F. (2016). Diagnosis of Complicated Grief Using the Texas Revised Inventory of Grief, Brazilian Portuguese Version. *Journal of Psychology & Clinical Psychiatry*, 6(1), 00316. <https://medcraveonline.com/JPCPY/diagnosis-of-complicated-grief-using-the-texas-revised-inventory-of-grief-brazilian-portuguese-version.html>
- Delibera, M. et al. (2017). Adaptação e validação brasileira do instrumento de avaliação do luto prolongado: PG-13. *Psicologia Teoria e prática*, 19(1), 94-106.
- Franco, M. H. P. (2021). *O luto século 21: uma compreensão abrangente do fenômeno*. Summus Editorial.
- Hamilton, S., Golding, B. & Ribbens McCarthy, J. (2022). Do we need to decolonise bereavement studies? *Bereavement: Journal of grief and responses to death*, (1), 1-7. <https://doi.org/10.54210/bj.2022.20>
- Luna, I. J. (2020). *A quem confiar minha tristeza? Faces e perspectivas do cuidado ao luto*. Brazil Publishing.
- Neimeyer, R.A. (2020). What's new in meaning reconstruction? Advancing grief theory and practice. *Grief Matters*, 23(1), 4-9. <https://search.informit.org/doi/10.3316/informit.439384113866066>
- Walter, T. (2007). Modern grief, postmodern grief. *International Review of Sociology*, 17(1), 123-134. <https://doi.org/10.1080/03906700601129798>
- Worden, W. (2013). *Aconselhamento do luto e Terapia do Luto: um manual para o profissional de saúde mental* (4ª ed.). Roca.

*Submetido em 31 de julho de 2024*

*Aprovado em 3 de maio de 2025*

