



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CAMPUS I – CAMPINA GRANDE
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA CURSO DE GRADUAÇÃO EM
BACHARELADO EM PSICOLOGIA**

SUEVERSON ALVES DA SILVA

**ALÉM DA PERDA:
REFLEXÕES SOBRE A MORTE E O LUTO NA PANDEMIA DE COVID-19**

CAMPINA GRANDE

2023

SUEVERSON ALVES DA SILVA

ALÉM DA PERDA:

REFLEXÕES SOBRE A MORTE E O LUTO NA PANDEMIA DE COVID-19

Trabalho de Conclusão de Curso(Artigo)
apresentado à/ao Departamento do Curso de
Psicologia da Universidade Estadual da
Paraíba, como requisito parcial à obtenção do
título de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Prof. Esp. Thiago Silva Fernandes

**CAMPINA GRANDE
2023**

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

S586a Silva, Sueverson Alves da.
Além da perda [manuscrito] : reflexões sobre a morte e o luto na pandemia de Covid-19 / Sueverson Alves da Silva. - 2023.
24 p.

Digitado.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2023.
"Orientação : Prof. Esp. Thiago Silva Fernandes, Coordenação do Curso de Psicologia - CCBS. "
1. Pandemia. 2. Psicologia. 3. Luto. I. Título
21. ed. CDD 150

SUEVERSON ALVES DA SILVA

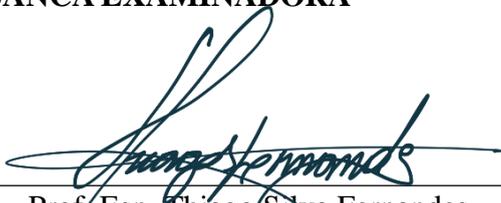
ALÉM DA PERDA: REFLEXÕES SOBRE A MORTE E O LUTO NA PANDEMIA DE COVID-19

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo) apresentado ao Departamento de Psicologia do Centro de Ciências Biológicas e da Saúde da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Psicólogo.

Área de concentração: Ciências Humanas.

Aprovado em: 30 / 11 / 2023.

BANCA EXAMINADORA



Prof. Esp. Thiago Silva Fernandes
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof. Ms. Felipe Ricardo Pereira Vasconcelos de Arruda
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof. Ms. Flavio José Souza Silva
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	05
2	COVID-19: CONTEXTO E DEFINIÇÕES.....	06
2.1	Origem e significado da nomenclatura.....	07
2.3	Epidemiologia e transmissão	07
2.4	Apresentação clínica e diagnóstico laboratorial	08
3	SOBRE A MORTE E O MORRER: ASPECTOS HISTÓRICOS, CULTURAIS E RELIGIOSOS	10
3.1	A morte no contexto da sociedade ocidental	10
4	SOBRE O LUTO	12
4.1	Das dimensões do Luto na Pandemia de COVID-19.....	15
4.2	Implicações Psicossociais do Luto na COVID-19.....	15
5	METODOLOGIA.....	17
6	CONCLUSÃO	18
	REFERÊNCIAS.....	19
	AGRADECIMENTOS.....	21

**ALÉM DA PERDA:
REFLEXÕES SOBRE A MORTE E O LUTO NA PANDEMIA DE COVID-19**

Sueverson Alves da Silva¹
Thiago Silva Fernandes²

RESUMO

No contexto da pandemia de COVID-19, o luto emerge como uma realidade complexa e desafiadora, destacando-se como um tema central no enfrentamento das perdas ocorridas durante essa crise global. Este artigo realiza uma análise abrangente sobre o processo de luto, explorando as implicações psicológicas e sociais associadas às mortes decorrentes da pandemia. A revisão bibliográfica literária abarca uma variedade de fontes desde 2019, buscando compreender as transformações nos rituais de despedida e a experiência coletiva de luto. O objetivo principal é contextualizar as dimensões psicológicas do luto na pandemia, ressaltando a importância do suporte emocional, estratégias de enfrentamento e medidas sociais para promover a resiliência e mitigar o sofrimento individual e coletivo. Este trabalho visa, assim, contribuir para a compreensão e a promoção de abordagens mais sensíveis e empáticas diante do desafio do luto na era da COVID-19. Este estudo resalta a importância de abordar o luto na pandemia com sensibilidade e empatia. A promoção do diálogo aberto, juntamente com estratégias eficazes de apoio emocional, torna-se essencial para o bem-estar individual e coletivo. Destaca-se também a necessidade de medidas sociais e de saúde pública que possam mitigar o impacto do luto na sociedade, contribuindo para uma resposta mais resiliente diante desse desafio.

Palavras-chave: Morte; Processo de Luto; Pandemia; Covid-19.

ABSTRACT

In the context of the COVID-19 pandemic, grief emerges as a complex and challenging reality, standing out as a central theme in coping with losses occurring during this global crisis. This article provides a comprehensive analysis of the grieving process, exploring the psychological and social implications associated with deaths resulting from the pandemic. The literary bibliographic review covers a variety of sources since 2019, seeking to understand the transformations in farewell rituals and the collective experience of mourning. The main objective is to contextualize the psychological dimensions of combating the pandemic, highlighting the importance of emotional support, coping strategies and social measures to promote resilience and mitigate individual and collective suffering. This work thus aims to contribute to the understanding and promotion of more sensitive and empathetic approaches to the challenge of grief in the era of COVID-19. This study highlights the importance of approaching the fight against the pandemic with sensitivity and empathy. Promoting open dialogue, together with emotional support strategies, is essential for individual and collective well-being. The need for social and public health measures that can mitigate the impact of grief on society is also highlighted, contributing to a more resilient response to this challenge.

Keywords: Death; Mourning Process; Pandemic; Covid-19.

¹ Graduando em Psicologia pela Universidade Estadual da Paraíba - UEPB; sueverson.silva@aluno.uepb.edu.br

² Professor Esp. da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB; thiagofernandes.psi@servidor.uepb.edu.br

1 INTRODUÇÃO

A pandemia de COVID-19, originada pelo vírus SARS-CoV-2, surgiu como um fenômeno que ultrapassou fronteiras geográficas e sociais, modelando a dinâmica da sociedade contemporânea. Inicialmente identificado em Wuhan, na província de Hubei, China, no final de 2019, o vírus espalhou-se rapidamente, desencadeando uma crise de saúde pública sem precedentes (Freitas, Napimoga e Donalisio, 2020). A rápida disseminação do vírus e a alta contagiosidade da doença transformaram a COVID-19 em uma ameaça global, desafiando sistemas de saúde e estruturas sociais em todo o mundo.

Em março de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou oficialmente a COVID-19 uma pandemia, reconhecendo a gravidade do impacto causado pela doença e a necessidade de uma resposta coordenada em escala internacional e as diretrizes da OMS tornaram-se elementos essenciais para governos, profissionais de saúde e a comunidade global, fornecendo orientações sobre medidas preventivas, tratamento e estratégias de mitigação (Souza et al., 2021).

As características singulares da pandemia, como restrições de movimento, isolamento social e a rápida propagação do vírus, contribuíram para um ambiente em que a morte e o luto assumiram dimensões especiais: as famílias enfrentam desafios distintos ao lidar com a perda de seus entes queridos, muitas vezes impossibilitadas de participar de rituais tradicionais de despedida devido às medidas de distanciamento social (Rodrigues et al., 2021). Essa interrupção nos processos “normais” do luto adicionou complexidade ao enfrentamento do pesar, intensificando o impacto psicológico da perda.

Além do grande número de óbitos em um curto período, as dificuldades para realizar rituais de despedida para aqueles em situações de iminência da morte, bem como a realização de rituais funerários, complicam a experiência e construção do luto no contexto da COVID-19. Os processos de terminalidade, morte e luto no cenário da pandemia, assim como os rituais que facilitam a despedida, foram vivenciados de maneira única, devido à rigidez sanitária para evitar a transmissão comunitária, resultando em impactos nos envolvidos, incluindo questões relacionadas à saúde mental (Oliveira et al., 2023).

É inegável que a morte é considerada parte de um processo, mas não apenas de um processo lógico; trata-se de um espaço acessível ao ser humano que deixa marcas, seja por um período específico ou ao longo da vida daqueles que permanecem. Durante o luto, as dores e o sofrimento são intensos, manifestando-se por meio de sentimentos como tristeza, medo, culpa, ansiedade, solidão e saudade (Giamathey et al, 2021). Essas emoções podem se manifestar de maneiras diversas e em momentos distintos para cada indivíduo enlutado, uma vez que o luto é um processo dinâmico, pessoal e multidimensional, com impacto direto nas relações consigo mesmo, com a sociedade e com o mundo. Lidar com o luto implica enfrentar os sentimentos provocados pela perda e a nova realidade que se impõe, bem como adotar estratégias para evitar a dor e buscar a retomada da vida.

O objetivo deste estudo é analisar de maneira abrangente as implicações da pandemia de COVID-19 no contexto da morte e do luto. Buscamos compreender as respostas emocionais individuais e coletivas diante da morte, os desafios específicos enfrentados durante o processo de luto em um contexto pandêmico e as estratégias de apoio psicossocial. Além disso, pretendemos examinar como o tabu da morte influencia a percepção da morte durante a pandemia.

Optamos por realizar uma revisão bibliográfica convencional para explorar a interação entre a pandemia de COVID-19, o processo de luto, o tabu da morte e a percepção da morte de maneira abrangente e rigorosa. Utilizamos descritores como "COVID-19", "pandemia", "luto", "morte", "tabu da morte" e "processo de luto", adaptados conforme cada base de dados pesquisada, incluindo PubMed, Scopus, Web of Science, Periódicos Capes, SciELO e Google Scholar.

Estabelecemos critérios claros para inclusão e exclusão de estudos, considerando a relevância direta para a pandemia de COVID-19, com artigos publicados a partir de 2019, além de livros clássicos e produções em língua portuguesa para uma perspectiva histórica e teórica. A busca de literatura foi realizada em várias etapas, incluindo triagem de títulos e resumos, análise dos textos completos dos artigos selecionados e registro dos motivos de exclusão para estudos que não atendiam aos critérios. A coleta de dados, feita manualmente, resultou na seleção de 51 artigos para análise qualitativa e, quando aplicável, síntese quantitativa. Essa análise sistemática proporcionou uma compreensão abrangente das complexidades relacionadas ao luto durante a pandemia de COVID-19, ao tabu da morte e ao processo de luto.

A relevância desta pesquisa reside na necessidade crítica de compreender as complexidades sociais e psicológicas que emergem quando a morte e o luto se entrelaçam com uma crise global de saúde, como a pandemia de COVID-19. Esta crise não apenas expôs vulnerabilidades em sistemas de saúde, mas também desencadeou uma onda de perdas humanas, impactando profundamente comunidades em todo o mundo. As restrições às práticas tradicionais de despedida, as limitações ao apoio social e o isolamento resultante, impõem desafios únicos ao processo de luto.

Além disso, a interseção entre a morte, o luto e o tabu associado a esses temas destaca a necessidade de uma análise mais aprofundada sobre como a sociedade lida com o ciclo natural da vida em tempos de crise. Entender essas nuances é crucial para o desenvolvimento de estratégias de apoio eficazes e para informar políticas de saúde mental, contribuindo para a resiliência de comunidades em face de adversidades significativas.

2 COVID-19: CONTEXTO E DEFINIÇÕES

A COVID-19, uma doença respiratória causada pelo vírus SARS-CoV-2, foi inicialmente identificada na cidade de Wuhan, na província de Hubei, na China, no final de 2019; o vírus é membro da família Coronaviridae e compartilha semelhanças com outros coronavírus, incluindo o SARS-CoV, responsável pela Síndrome Respiratória Aguda Grave (SARS), e o MERS-CoV, causador da Síndrome Respiratória do Oriente Médio (MERS) (Souza et al., 2021).

A decisão de declarar a COVID-19 como uma pandemia foi tomada pela OMS em março de 2020 - uma pandemia é caracterizada pela disseminação global de uma doença, afetando múltiplos países e continentes (Brito et al., 2020). A declaração de pandemia foi motivada pela rápida propagação do vírus em escala global, com um número crescente de casos e a capacidade do SARS-CoV-2 de causar impactos significativos na saúde pública, sobrecarregando os sistemas de saúde e resultando em consequências socioeconômicas substanciais.

O enfrentamento da pandemia envolveu uma série de medidas preventivas, como distanciamento social, uso de máscaras, quarentenas e restrições de viagem. Como aponta Pereira et al (2020), o desenvolvimento e a distribuição de vacinas também desempenharam um papel crucial na gestão da crise, visando a imunização em massa para conter a propagação do vírus e reduzir a gravidade dos casos.

Além do impacto na saúde, a COVID-19 teve consequências significativas nas esferas econômica e social: lockdowns e medidas de isolamento afetaram a atividade econômica, resultando em desemprego, pobreza e desigualdade e, além disso, o setor de viagens, turismo, educação e pequenas empresas foram particularmente atingidos (Bezerra et al., 2020). A pandemia também evidenciou disparidades na saúde, com grupos marginalizados enfrentando um risco aumentado de infecção e mortalidade.

As respostas à COVID-19 variaram significativamente entre os países, com diferentes abordagens adotadas, desde estratégias de supressão rigorosas até abordagens mais flexíveis de mitigação. A eficácia dessas respostas dependeu de fatores como a prontidão do sistema de saúde, capacidade de teste, rastreamento de contatos, comunicação pública e adesão da população. A cooperação internacional e a pesquisa científica desempenharam um papel fundamental no desenvolvimento de vacinas e tratamentos.

2.1 Origem e significado da nomenclatura

A nomenclatura COVID-19, adotada pela OMS em fevereiro de 2020, representa o Coronavírus Disease 2019, escolhendo refletir o ano de emergência para evitar estigmatização associada a locais geográficos ou grupos étnicos. Essa designação é crucial para uma comunicação eficaz e coordenação global na resposta à pandemia. O vírus responsável, SARS-CoV-2, está relacionado ao SARS-CoV, causador da Síndrome Respiratória Aguda Grave. A compreensão genética da COVID-19 é essencial para desenvolver estratégias de diagnóstico, prevenção e tratamento, destacando a eficácia do distanciamento social e do uso de máscaras no ciclo de replicação do vírus no trato respiratório.

A pesquisa contínua desempenha um papel fundamental na ampliação do conhecimento sobre a COVID-19, evidenciando a importância da colaboração global na resposta às pandemias. As referências a estudos como Brito et al, 2020; Duarte, 2020; Macedo-Júnior, 2020; Freitas; Barcellos; Villela, 2021; Petry, 2020 destacam a relevância dessas investigações na busca por estratégias mais eficientes no enfrentamento da doença.

2.2 Epidemiologia e transmissão

A epidemiologia da COVID-19 apresenta variações significativas entre os países, sendo influenciada pelas medidas de prevenção adotadas, o que impacta diretamente os números de casos e óbitos. Diversos fatores, como aspectos biológicos, sociodemográficos, econômicos e organizacionais, além dos recursos nos sistemas de saúde, contribuem para a dinâmica da doença. As pessoas que se encontram mais suscetíveis são homens, em média com 47 anos, e idosos com doenças crônicas. Nesse sentido, estratégias de prevenção, divididas em supressão e mitigação, desempenham papel crucial, ressaltando a eficácia de testes em larga escala, isolamento social e medidas como o uso de máscaras (Cavalcante et al., 2020).

A análise em 57 países evidencia a associação entre o aumento diário de casos e a mortalidade. Na busca por abordagens eficazes, algumas nações, como China e Coreia do Sul, adotaram estratégias de supressão bem-sucedidas, enquanto democracias ocidentais optaram por estratégias de mitigação. No Brasil, medidas de distanciamento social foram implementadas com monitoramento contínuo. A COVID-19, altamente transmissível por gotículas e aerossóis, apresenta um valor R0 estimado em cerca de 5,7, indicando sua capacidade de propagação. O período de incubação é de aproximadamente cinco dias.

A complexidade da epidemiologia da COVID-19 destaca a necessidade de estratégias adaptadas a cada contexto, como ressaltado por estudos como os de Oliveira; Lucas e Iquiapaza, 2020; Feitoza, 2020; Estevão, 2020; Werneck, 2022; Netto; Corrêa, 2020; Monte et al, 2020; Freitas; Barcellos; Villela, 2021; Martin et al, 2020; Teich et al, 2020; Souza-Junior et al, 2020.

2.3 Apresentação clínica e diagnóstico laboratorial

A COVID-19 apresenta uma ampla gama de manifestações clínicas que vão além dos sintomas respiratórios comuns. Os pacientes podem experimentar fadiga, dores de cabeça, dores musculares, perda de apetite, sintomas gastrintestinais e manifestações neurológicas. Nos casos mais graves, a doença pode progredir para pneumonia e Síndrome Respiratória Aguda Grave (SARS), sendo as crianças também suscetíveis à Síndrome Inflamatória Multissistêmica na Infância (SIM-P). Complicações sistêmicas, como a Síndrome da Tempestade de Citocinas e complicações cardíacas, podem ocorrer. Sintomas cutâneos e atípicos, como conjuntivite e dor abdominal, também são observados.

O diagnóstico da COVID-19 envolve testes laboratoriais, sendo o PCR em tempo real considerado o padrão ouro. Testes sorológicos e sequenciamento genético desempenham papéis específicos para diferentes propósitos, e a escolha do teste depende do estágio da infecção, dos recursos disponíveis e dos objetivos da testagem. A compreensão abrangente das manifestações clínicas e das estratégias de diagnóstico é crucial para o manejo eficaz da COVID-19 e a contenção da sua propagação.

O diagnóstico laboratorial, mencionado em estudos (Sousa et al, 2020; Xavier et al, 2020; Duarte, 2020; Bezerra et al, 2020; Macedo-Júnior, 2020), desempenha um papel essencial na identificação de casos, rastreamento de contatos, monitoramento da pandemia e pesquisa epidemiológica, contribuindo para uma abordagem informada diante da doença.

3 SOBRE A MORTE E O MORRER: ASPECTOS HISTÓRICOS, CULTURAIS E RELIGIOSOS

No paradigma da morte, conforme abordado por Kovács em suas obras *Morte e Desenvolvimento Humano* (1992) e *Educação para a Morte: Temas e Reflexões* (2003), destaca-se a intrincada relação entre a morte e o desenvolvimento humano. Em contraposição à tendência contemporânea da cultura ocidental em negar a existência da morte, Kovács (2003) propõe uma compreensão que transcende o modelo biomédico. Seu enfoque sugere que a morte não é meramente um evento terminal, mas um elemento que permeia e molda as diversas fases do ciclo de vida humano.

Kovács(2003) ressalta a complexidade inerente à experiência da morte, desencadeando questionamentos existenciais acerca do propósito da vida e da própria razão da morte (2003). Em um contexto de crescente medicalização da sociedade, onde a busca pela prolongação da vida e a aspiração pela imortalidade se destacam, a autora sublinha a importância de compreender a morte como uma construção cultural. Nessa perspectiva, a morte é configurada pelos valores e normas específicas de cada grupo social, refletindo as nuances culturais e contextuais que permeiam sua ocorrência.

A morte é envolta em mistério, incerteza e frequentemente gera medo devido à ausência de relatos diretos daqueles que a vivenciaram, deixando aqueles que ficam para trás com uma sensação de desconhecido. Essas características desafiaram e continuam a desafiar diversas culturas, que buscam encontrar respostas para esse enigma por meio de mitos, filosofia, arte e religião, na tentativa de tornar mais compreensível o desconhecido e amenizar a angústia associada à morte.

Os rituais funerários atuam como um dispositivo cultural que ajuda a suavizar a angústia associada à morte, oferecendo um arcabouço simbólico que torna mais compreensível o desconhecido: mitos, filosofia, arte e religião são frequentemente entrelaçados nos rituais, proporcionando um espaço simbólico para lidar com a perda e honrar a memória dos falecidos (Osswald, 2013). A variedade de práticas observadas em diferentes sociedades destaca a riqueza e a diversidade de respostas culturais diante da mortalidade.

No que tange aos rituais funerários, Kovács (2003) destaca a influência significativa dessas práticas na formação da identidade coletiva de uma sociedade. A autora sublinha como diferentes culturas desenvolvem tradições funerárias específicas, moldadas por valores, crenças e normas próprias. A compreensão desses rituais, conforme a abordagem de Kovács, não apenas contribui para a preservação da memória dos indivíduos falecidos, mas também revela aspectos fundamentais da cosmovisão e da organização social de uma comunidade.

Na sociedade mesopotâmica, os mortos eram sepultados com grande cuidado, incluindo vários pertences que refletiam a identidade pessoal e familiar do falecido, como roupas, objetos pessoais e até mesmo sua comida favorita, sendo que essa prática visava garantir que o falecido não passasse necessidades durante a jornada do mundo dos vivos para o mundo dos mortos, que era concebido como um reino subterrâneo (Rodrigues, 1983).

Por outro lado, os ritos funerários dos gregos se caracterizavam pela cremação dos corpos dos mortos, marcando assim sua nova condição existencial como mortos (Rodrigues, 1983). Existiam dois tipos de mortos na cultura grega: os mortos comuns e anônimos, que eram cremados e enterrados coletivamente em valas, visto como simples mortais; e os heróis falecidos, que eram submetidos a uma cerimônia de "bela morte" e cremados em uma pira separada (ibid). Os gregos acreditavam que essa forma de morte tornava o herói imortal na memória coletiva.

Os rituais funerários dos hindus apresentavam semelhanças na cremação dos corpos em relação aos gregos, mas com significados completamente diferentes. Enquanto os gregos buscavam que as cinzas guardassem a memória dos mortos, os hindus viam a cremação como um ato de despojamento da identidade, da personalidade e da inserção social do falecido (Kovács, 1992) e uma vez que o corpo era consumido pelo fogo, as cinzas eram dispersadas no vento ou nos rios; os hindus, esse ritual representava a passagem para outro plano de existência, a fusão com o Absoluto, o acesso ao Eterno, ao Nirvana, ou seja, à paz original.

Kovács (1992) aponta ainda que diferentemente dos gregos, a grande personalidade venerada pelos hindus não era o herói ou o rei, mas sim aquele capaz de renunciar a si mesmo, abandonando seus traços individuais. Assim, os ascetas e monges, que se despojaram a ponto de renunciar aos desejos de conservação e reprodução, eram admirados. Esses indivíduos não tinham seus corpos cremados; em vez disso, eram enterrados em uma posição de meditação em covas localizadas em lugares sagrados, frequentemente associados a peregrinações. Para os hindus, a verdadeira essência da vida estava no despojamento do corpo, preparando-os para uma morte gloriosa.

Por outro lado, na civilização cristã e grande parte dos judeus que acreditam na ressurreição, a morte era vista como uma passagem para outra dimensão, que podia significar a transição para um sofrimento eterno e expiação no inferno, ou o acesso à eterna bem-aventurança no paraíso (Silva; Resende; Andrade, 2019). Para os cristãos, a morte era considerada um estágio intermediário, um sono profundo do qual as almas despertariam no dia da ressurreição, quando voltariam a habitar os corpos. Essa crença cristã influenciou a maneira como os defuntos eram sepultados, com um cuidado especial no enterro, e trouxe consolo ao evitar a ideia do fim definitivo da existência, como mencionado por Koenig e Teixeira (2019) e Borges et al (2021).

3.1 A morte no contexto da sociedade ocidental

É importante destacar que a sociedade ocidental tem profundas raízes na civilização grega, considerada o berço do pensamento ocidental, bem como nas tradições do judaísmo e do cristianismo, religiões que exerceram uma influência significativa sobre a cultura ocidental.

Na Idade Média, é possível observar mudanças significativas na forma como a sociedade lidava com a morte e o morrer, especialmente em dois momentos distintos: a primeira Idade Média, que compreende os séculos V a XII, e a segunda Idade Média, que abrange os séculos XII a XV (Braet; Verbeke, 1996).

Na primeira Idade Média, a morte era vista de maneira mais "domesticada" e "familiar: havia uma certa intimidade entre o ato de morrer e a vida cotidiana da sociedade, ao ponto em que a morte era considerada uma parte natural da existência e os moribundos frequentemente antecipavam a chegada da morte e realizavam rituais finais, despedindo-se e, quando necessário, reconciliando-se com a família e amigos, sendo que eles expressavam suas últimas vontades na esperança de que, no juízo final, pudessem alcançar o paraíso celestial (Ariés, 1989; Braet; Verbeke, 1996).

Nesse contexto, a morte súbita e inesperada era vista como vergonhosa e, por vezes, como um castigo divino, uma vez que impedia a preparação adequada para a morte. Logo após a constatação da morte, parentes e amigos costumavam se entregar a intensas manifestações de luto, demonstrando grande desespero.

A abordagem da morte na primeira Idade Média refletia a forte influência das tradições cristãs e dos valores espirituais da época. A morte era vista como uma transição para uma vida após a morte, e o cuidado com o moribundo e os rituais funerários tinham grande importância.

Na primeira Idade Média, os mortos eram enterrados sem caixões, apenas envoltos em sudários, em grandes valas com vários cadáveres – naquela época, não existia a ideia de que o túmulo fosse propriedade perpétua do falecido (Braet; Verbeke, 1996). Os autores destacam ainda que o cemitério e a igreja eram espaços interligados, pois os mortos eram enterrados tanto no interior das igrejas, especialmente os ricos, quanto em seus pátios, onde eram sepultados os pobres. Essa prática estava relacionada à crença de que, ao serem enterrados perto de santos e mártires, os mortos seriam protegidos do inferno por esses santos e mártires.

É importante ressaltar que, embora a igreja e o cemitério estivessem interligados, ambos eram considerados lugares públicos onde ocorriam encontros e reuniões. Isso significava que vivos e mortos compartilhavam espaços comuns, e a morte era vista como parte integrante da vida cotidiana, como observado por Ariès (1989) e Braet e Verbeke (1996).

Contudo, na segunda Idade Média ocorreram mudanças significativas nas representações da morte no Ocidente. Nesse período, a certeza em relação ao destino da alma após a morte deu lugar à incerteza: agora, a Igreja passou a intermediar o acesso da alma ao paraíso, e o julgamento final deixou de ser visto como um evento que ocorreria nos "tempos finais" para ser compreendido como algo que ocorreria imediatamente após a morte (Braet; Verbeke, 1996). Esse julgamento resultaria na descida ao inferno, onde a alma sofreria eternamente, ou na ascensão aos céus, onde a alma encontraria alegria eterna. Tudo isso dependia da conduta do moribundo antes da morte.

Essas mudanças alteraram a perspectiva das pessoas em relação à morte. Ela deixou de ser vista como algo natural e passou a ser encarada como uma provação, onde a conduta ao longo da vida era crucial para determinar o destino da alma após a morte. Essa evolução nas crenças em relação à morte demonstra como as representações culturais e religiosas podem moldar significativamente a maneira como a morte é percebida e vivenciada ao longo do tempo.

Na Idade Moderna, a partir do século XVIII, as atitudes em relação à morte sofreram mais uma transformação. Nessa época, a morte passou a ser romantizada, e as pessoas passaram a encará-la com complacência: o ato de morrer passou a ser visto como um momento de ruptura, no qual o indivíduo era retirado de sua vida cotidiana e lançado em um mundo irracional, violento e cruel (Osswald, 2013). Isso resultou em uma separação radical entre a vida e a morte, bem como na secularização da morte.

As igrejas deixaram de ser o local de sepultamento, e os cemitérios surgiram nas margens das cidades, marcando uma clara dicotomia entre vivos e mortos, e os sepultamentos deixaram de ser anônimos, refletindo um movimento de individualização das sepulturas e uma preocupação em marcar o local onde o corpo do falecido havia sido colocado (Osswald, 2013; Koenig; Teixeira, 2019). Agora, as pessoas buscavam ter acesso ao lugar exato em que o corpo havia sido depositado, e esse local era considerado como pertencendo integralmente ao defunto e à sua família.

A transformação mais significativa ocorreu a partir da segunda metade do século XX, quando a morte deixou de ser familiar e se tornou um tabu (Rodrigues, 1983). Um fator importante que impulsionou essa mudança foi a transferência do local de morte. As pessoas já não morriam em casa, cercadas por familiares, mas sim sozinhas em hospitais.

Os velórios também deixaram de ser realizados nas casas das famílias, onde o corpo era exposto e visitado pelos entes queridos. Isso aconteceu em parte devido a preocupações com higiene, mas também porque cada vez menos pessoas se sentem psicologicamente preparadas para lidar com a presença do falecido em casa (Rodrigues, 1983). O autor observa que a sociedade ocidental contemporânea têm adotado formas culturais que minimizem a morte e tudo o que a envolve na tentativa de negar a experiência da morte.

De acordo com Rodrigues (1983), os psicanalistas existenciais apontam que, se no início do século XX o grande tabu era relacionado ao sexo, no final do século, o grande tabu estava ligado à morte. Na atualidade, as crianças muitas vezes recebem informações sobre sexualidade, mas a morte é mascarada, frequentemente associada a metáforas como "viagem" ou "descanso". Segundo Koenig e Teixeira (2019), evita-se falar sobre a morte na sociedade contemporânea, bem como evitar ver o corpo de alguém que está morrendo, porque isso nos confronta com a ideia de nossa própria finitude.

A interdição da morte na sociedade contemporânea é evidenciada por diversas práticas e atitudes. Uma delas é o círculo de relacionamentos do moribundo muitas vezes ocultando a gravidade de seu estado, na tentativa de poupá-lo da provação da morte (Silva; Resende; Andrade, 2019). Isso reflete o desejo de evitar que a pessoa que está morrendo confronte plenamente sua própria mortalidade.

Além disso, a negação da morte na sociedade atual está relacionada à contrastação que ela provoca em uma sociedade cada vez mais tecnológica, voltada para a produção e o progresso: a morte, que é um evento natural e inevitável, representa um desafio para uma cultura que valoriza o controle sobre a vida e que muitas vezes busca prolongar a vida a qualquer custo (borges et al., 2021).

Nesse contexto, a cremação tem se tornado uma prática cada vez mais comum. Além de considerações higiênicas e ecológicas, a cremação representa uma forma de esconder a morte: como destacado por Ariès (1989), a cremação é vista como a maneira mais radical de fazer o corpo desaparecer e ser esquecido, anulando-o completamente. Isso demonstra como a sociedade contemporânea busca minimizar a presença da morte em sua vida cotidiana.

Essas mudanças ao longo da história revelam como as percepções e as atitudes em relação à morte são moldadas por fatores culturais, religiosos e sociais, evoluindo ao longo do tempo e refletindo as transformações na sociedade e na mentalidade das pessoas.

4 SOBRE O LUTO

O luto é um processo interno desencadeado pela perda de algo significativo ou de alguém amado. Embora seja um processo doloroso, uma vez que envolve a percepção da perda, o luto é fundamental, pois visa representar e acomodar essa perda. Ele mobiliza profundamente o indivíduo porque rompe os laços afetivos construídos sob o apego, afetando estruturas psicológicas e abalando a segurança do sujeito enlutado, bem como outros aspectos psíquicos.

Embora o luto seja uma experiência universal, existe um grande desconhecimento sobre o tema, como observado Adichie (2021) – que destaca a falta de preparação das pessoas para lidar com a morte e, conseqüentemente, para vivenciar o processo de luto. Para Dunker (2019), as dificuldades da sociedade contemporânea em lidar com a perda e o luto são, em grande parte, resultado de uma mentalidade que mantém a morte como um tema tabu. A solução para superar essa dificuldade passa por uma educação sobre a morte, que envolva a reflexão e o diálogo acerca desse tema tão importante na vida humana.

Reconhecer e estar verdadeiramente em contato com a questão da morte é o primeiro passo para lidar de maneira saudável com esse aspecto integral da vida humana. Evitar ou negar a morte apenas leva à negação de uma parte fundamental da experiência humana, como destacado pelo autor citado anteriormente.

No processo de luto, o enfrentamento é fundamental. Segundo Zilberman et al (2022), nos casos em que a pessoa não consegue enfrentar a perda e sofre um desajuste significativo, o luto pode ser chamado de luto patológico. Manter uma expectativa de elaboração e reconhecimento dos aspectos positivos da vida, apesar da perda, são indicadores positivos para a elaboração e o enfrentamento do luto.

De acordo com Zilberman et al (2022), o enfrentamento se refere ao conjunto de estratégias desenvolvidas pelo indivíduo para lidar com situações de dor e sofrimento. Ao contrário da fuga e do adiamento, sendo uma postura necessária para a superação ou elaboração de uma perda significativa, seja ela de natureza física ou psicológica. O enfrentamento envolve a busca de estratégias eficazes para lidar com as emoções, pensamentos e desafios que surgem no processo de luto, permitindo que a pessoa avance em direção à aceitação e ao ajuste à perda.

Diversos fatores podem interferir na elaboração e enfrentamento do luto. Alguns desses fatores incluem o tipo de relação entre o falecido e o enlutado, o gênero do enlutado, a idade de quem morre e vulnerabilidades, como problemas psicológicos do enlutado, mortes repentinas e inesperadas, perdas múltiplas, mortes violentas, suicídio e homicídio, também podem influenciar a forma como a perda é assimilada (Siqueira; Azevedo, 2020).

Para Franco (2021), o processo de luto se encerra quando o enlutado consegue diminuir a intensidade da necessidade de reativar a representação do ente falecido. Segundo Freud (2014), a resolução do luto envolve a transferência da libido para outros aspectos, coisas e pessoas.

A rede de apoio social desempenha um papel fundamental no enfrentamento e superação da perda: o apoio social é vital para os seres humanos e é uma trama interpessoal que tanto molda como é moldada pelas pessoas (Souza; Souza, 2019).

A religião e a espiritualidade também são reconhecidas como importantes elementos de apoio no processo de luto. Tradições religiosas e espirituais oferecem teorias sobre o sofrimento e a morte, o que pode gerar significados e estratégias para lidar com a perda, como apontado por Adichie (2021). De acordo com a autora, a espiritualidade está intimamente relacionada à esperança e pode ajudar a aliviar a angústia da finitude trazida pela morte.

Atualmente, há divergências na compreensão e na abordagem do luto. O luto em si não é considerado um transtorno mental, mas a controvérsia sobre sua classificação, descrição e sintomas tem crescido nos últimos anos, antes mesmo do lançamento do DSM-5 em 2013. No manual anterior, a diferenciação entre luto e depressão não era clara. O luto era critério de exclusão para o diagnóstico do transtorno depressivo maior, desde que os sintomas depressivos ocorressem dentro de dois meses após a perda (Siqueira; Azevedo, 2020).

Uma questão-chave nesse debate é a diferenciação do luto "normal" do luto com características "depressivas" ou "complicadas" no DSM-5 (APA, 2014). No entanto, há consenso de que, mesmo reconhecendo a existência do luto complicado, não se pode considerá-lo, por padrão, como uma reação fora do contexto normal da existência. Essa compreensão destaca o problema da medicalização do luto e seu impacto na sociedade.

No DSM-5 (APA, 2014), ocorreram duas mudanças significativas no entendimento do luto: primeiro, as reações de luto não são mais critérios de exclusão para o diagnóstico de depressão; segundo, o luto foi incluído em uma seção denominada Transtorno do luto complexo persistente, reconhecendo que o luto é uma condição que requer mais estudos e pesquisas, indicando que ele ainda está na fronteira entre o que é considerado "normal" e "patológico".

No entanto, o diagnóstico de luto complicado no DSM-5 é estendido a um período de um ano de sintomas persistentes para adultos e seis meses para crianças, mantendo os dois meses para o diagnóstico de depressão (APA, 2014). Essa abertura no manual possibilita uma compreensão do luto como uma reação normal, sem ignorar os casos de sofrimento mental mais acentuado. No entanto, a avaliação de se o luto é normal ou complicado fica a critério do clínico, o que pode levar a um aumento da patologização da vida e ao uso desnecessário de medicamentos.

Freud (2014), no início do século passado, fez considerações importantes sobre o luto, definindo-o como o conjunto de reações diante de uma perda significativa. Ele descreveu o luto como caracterizado por um profundo desânimo, perda de interesse pelo mundo externo, inibição da atividade geral e incapacidade de amar ou substituir o objeto perdido. Segundo essa perspectiva, a principal tarefa do enlutado é romper o vínculo com o objeto amado, tornando-se capaz de realizar novos investimentos libidinais.

Atualmente, a teoria do apego de Bowlby prevalece na literatura sobre o luto (Franco, 2021; Zilberman et al., 2022). De acordo com essa visão, o luto é compreendido como uma experiência imprevisível, inexplicável e desvinculada dos estágios vivenciados anteriormente no ciclo de vida. Essa experiência é caracterizada não apenas como um processo "intrapéssico", mas também como algo com importantes aspectos sociais, que envolvem a transição de papéis, como a mudança de estado civil de casado para viúvo.

Uma das maiores influências dessa perspectiva ocorreu juntamente com a disseminação do trabalho de Kübler-Ross, que organizou a experiência do luto em estágios pré determinados, impactando profundamente a compreensão comum sobre o luto em nossa sociedade (Franco, 2021; Zilberman et al, 2022).

No entanto, conforme Franco (2021) e Zilberman et al (2022), os modelos baseados em estágios falharam em considerar as nuances culturais do luto. Apesar de terem aberto a possibilidade de considerar a variabilidade da experiência pessoal no enlutamento, os modelos baseados em estágios falharam na compreensão dos valores, sentimentos e comportamentos envolvidos nessa experiência, uma vez que são altamente variáveis e de difícil padronização.

Dunker (2019) observa que a tarefa da psicoterapia ou do trabalho de luto é, neste caso, mobilizar os recursos narrativos para a co-construção de um significado na perda, mais adaptado às necessidades de cada enlutado. Isso ocorre porque é impossível separar completamente a perda de alguém que se ama. Do ponto de vista do autor, o luto também pode ser visto como uma transição psicossocial, sendo essencialmente uma emoção que nos leva a lidar com a ausência de algo ou alguém que faz falta.

Cada pessoa vivencia o luto de forma única, considerando duas perspectivas: perdas e ganhos. As mudanças abruptas na vida pressupõem uma reestruturação das concepções que as pessoas têm sobre o mundo. Essas mudanças podem ser de longo prazo, persistindo ao longo do tempo, ou de curto prazo, sem possibilidade de preparação prévia. Essas transições psicossociais podem ser vistas como as alterações na vida.

O tipo de morte pode afetar a forma como o luto é elaborado. Suicídios e acidentes são as mais complexas de lidar, devido aos aspectos de violência e culpa que geralmente envolvem (Souza; Souza, 2019). Por outro lado, as mortes prolongadas, com muito sofrimento, também podem ser desafiadoras (Siqueira; Azevedo, 2020). Entre os fatores que complicam esse processo, considera-se a relação anterior com o falecido, especialmente aquela envolvendo ambivalência e dependência, bem como problemas de saúde mental e a percepção de falta de apoio social. Mortes que ocorrem ao longo de processos crônicos, como doenças degenerativas, também causam dor e sofrimento.

4 O LUTO NO CONTEXTO DA PANDEMIA DE COVID-19: ABORDAGENS MULTIDIMENSIONAIS E IMPLICAÇÕES PSICOSSOCIAIS

O processo de luto é uma jornada complexa que envolve uma ampla gama de emoções, desde a negação e a raiva até a aceitação e a reconstrução. No contexto da pandemia de COVID-19, essas emoções podem ser intensificadas de várias maneiras. A negação inicial pode ocorrer quando alguém perde um ente querido para o vírus de forma súbita, tornando difícil aceitar que a doença teve um desfecho tão trágico. A raiva também pode surgir e ser direcionada às circunstâncias da pandemia, ao governo, às autoridades de saúde ou ao sistema de saúde sobrecarregado (Crepaldi, 2020).

O isolamento e o distanciamento social impostos pela pandemia têm impactado a capacidade das pessoas de se apoiarem mutuamente durante o luto. Os rituais e cerimônias de despedida, tão essenciais para o processo de luto, muitas vezes têm sido limitados ou impossíveis de realizar. A falta de um adeus adequado pode prolongar o sofrimento e a sensação de que a perda não foi devidamente processada.

Além disso, a COVID-19 pode levar a perdas múltiplas e complexas em curtos períodos. Uma família pode enfrentar a perda de vários membros ou amigos, tornando o processo de luto ainda mais desafiador. O luto coletivo, experimentado em escala global, também acrescenta uma dimensão única a essa experiência. Saber que tantas outras pessoas ao redor do mundo estão passando pelo mesmo tipo de sofrimento pode ser reconfortante, mas também pode ser esmagador.

4.1 Das dimensões do Luto na Pandemia de COVID-19

Uma das dimensões mais emblemáticas do luto na pandemia de COVID-19 foi a perda de entes queridos. Milhões de pessoas em todo o mundo enfrentaram a dolorosa realidade da morte de familiares e amigos próximos, uma experiência que transcende fronteiras culturais e geográficas, deixando uma marca indelével nas vidas daqueles que a experimentaram. Esse tipo de luto é frequentemente caracterizado por uma profunda tristeza, angústia, desespero e uma sensação esmagadora de solidão que pode ser avassaladora.

Conforme observado por Dantas et al (2020) e Crepaldi et al (2020), o impacto emocional dessas perdas é profundo e multifacetado, já que morte de entes queridos pode desencadear uma torrente de emoções intensas, desde o choque inicial até um pesar que parece não ter fim. Esse sofrimento pode ser ampliado pela circunstância única da pandemia, na qual as medidas de isolamento e distanciamento social muitas vezes impediram as despedidas adequadas e rituais de luto tradicionais. Isso pode agravar ainda mais o processo de luto, tornando-o mais complexo.

Um termo frequentemente associado a essa experiência é o luto complicado, que se refere a uma forma patológica de luto que requer intervenção clínica. O luto complicado pode se manifestar de diversas maneiras, incluindo sentimentos avassaladores de culpa, raiva, incapacidade de aceitar a morte e intensos pensamentos intrusivos sobre o ente querido falecido (Sousa, 2020; Reale, 2021). Essa condição pode prolongar ainda mais o sofrimento e dificultar a recuperação emocional.

O choque e o desespero associados à morte de entes queridos muitas vezes dão origem a uma série de reações psicológicas, incluindo depressão, ansiedade e, em casos mais graves, transtorno de estresse pós-traumático (TEPT). O TEPT é uma condição debilitante que pode surgir quando alguém é exposto a um evento traumático, como a perda de um ente querido em circunstâncias tão extraordinárias como uma pandemia global e os sintomas incluem flashbacks perturbadores, evitação de situações relacionadas à perda e um aumento na ansiedade, o que torna o processo de luto ainda mais desafiador (Cabral et al., 2021; Hortegas; Santos, 2020).

É importante destacar que o impacto do luto na pandemia é duradouro e pode se estender por meses ou mesmo anos. As pessoas que perderam entes queridos muitas vezes relatam uma sensação persistente de vazio e tristeza, que pode afetar significativamente sua qualidade de vida, relacionamentos e bem-estar geral. O apoio social e o aconselhamento psicológico desempenham um papel fundamental na ajuda às pessoas que estão enfrentando esse tipo de luto, oferecendo um espaço seguro para expressar suas emoções e encontrar maneiras de lidar com a perda (Teixeira, 2021; Carvalho et al., 2021).

A pandemia trouxe desafios únicos e profundamente complexos para aqueles que enfrentam o luto. As restrições rigorosas às cerimônias fúnebres, o distanciamento social e as medidas de quarentena, que foram necessárias para conter a propagação do vírus, tiveram um impacto significativo sobre a maneira como as pessoas lidam com suas emoções e buscam apoio durante esse momento delicado. Essas circunstâncias extraordinárias deram origem a um conceito doloroso e revelador conhecido como o luto invisível, um fenômeno que ganhou destaque nas discussões acadêmicas e na sociedade.

O luto invisível representa a experiência de milhões de pessoas que enfrentaram a perda de entes queridos durante a pandemia, mas que, devido às restrições e ao isolamento social, não conseguiram o apoio tradicional que geralmente acompanha a perda (Magalhães et al, 2020; Alves et al., 2021). O sofrimento dessas pessoas não é reconhecido ou validado publicamente da maneira que costumava ser, porque as cerimônias funerárias, os abraços de consolo e o apoio presencial se tornaram eventos raros. O resultado é um pesar solitário, em que o enlutado se vê privado do conforto que costumava ser proporcionado pela comunidade e pela família.

A ausência de rituais de despedida tradicionais também complica significativamente o processo de luto. Os rituais funerários desempenham um papel crucial na adaptação à perda, ajudando as pessoas a enfrentar a realidade da morte e a se despedirem de seus entes queridos de uma maneira que faz sentido para elas e esses rituais fornecem um espaço onde a dor pode ser compartilhada, lembranças podem ser evocadas e apoio mútuo pode ser oferecido (Giamattey et al, 2021; Lopes et al., 2021). No entanto, as limitações impostas pela pandemia muitas vezes impediram que essas cerimônias ocorressem como de costume, privando as pessoas de um componente essencial no processo de luto.

O luto invisível acrescenta uma camada adicional de complexidade emocional a esse já desafiador processo. A falta de validação social pode tornar difícil para os enlutados expressar plenamente seu pesar e suas emoções (Magalhães et al, 2020; Alves et al, 2021). Muitas vezes, as pessoas podem sentir que sua dor é subestimada ou ignorada, o que pode aumentar o isolamento emocional. Isso, por sua vez, pode contribuir para problemas de saúde mental, como depressão, ansiedade e transtorno de estresse pós-traumático.

Portanto, compreender o luto invisível é essencial para reconhecer o impacto profundo da pandemia na esfera emocional das pessoas enlutadas. Além de lidar com a dor da perda em si, muitas delas também enfrentam a falta de reconhecimento público de sua dor, o que pode tornar o processo de luto ainda mais doloroso e solitário.

Para além do processo de luto pela perda efetiva, um número significativo de indivíduos experimentou o que é conhecido como luto antecipatório durante a pandemia. O luto antecipatório é uma resposta emocional profunda e complexa que surge da incerteza em relação à saúde de familiares e amigos: à medida que as pessoas enfrentam um cenário de saúde pública em constante evolução, muitas vezes marcado por surtos e aumentos de casos de COVID-19, a ansiedade e a angústia se tornaram sentimentos ubíquos (Verztman; Romão-Dias, 2020; Sunde; Sunde, 2020). Essa preocupação incessante estava ligada à possibilidade de enfrentar futuras perdas, e a mera antecipação da dor da perda já causava sofrimento significativo.

O luto antecipado não é apenas um fardo emocional, mas também pode influenciar negativamente a capacidade de uma pessoa lidar com a perda real quando ela ocorre. Isso foi notado e documentado por estudiosos, como Franco (2021), que destacou a interconexão entre o luto antecipatório e o luto efetivo. O luto antecipatório pode preparar as pessoas de maneira única para o que está por vir, mas também pode prejudicar sua capacidade de se adaptar à perda quando ela finalmente ocorre (Oliveira et al., 2020; Mello, 2020). A ansiedade e o medo da morte iminente de um ente querido podem ser igualmente angustiantes e emocionalmente debilitantes, adicionando um nível adicional de estresse emocional a uma já complicada equação emocional.

Uma característica notável do luto antecipatório é a sua natureza prolongada e exaustiva. Enquanto o luto efetivo é muitas vezes associado a um período após a perda, o luto antecipatório pode se estender por meses, até mesmo anos, criando um estado de constante tensão emocional (Bianco; Costa-Moura, 2020; Hott, 2020). Aqueles que vivenciam o luto antecipatório frequentemente se encontram em um estado de espera, onde estão emocionalmente preparados para enfrentar a dor, mas ainda não experimentaram a perda real. Esse estado prolongado de tensão pode levar a impactos significativos na saúde mental e bem-estar, incluindo sintomas de ansiedade crônica, depressão e exaustão emocional.

4.2 Implicações Psicossociais do Luto na COVID-19

A pandemia de COVID-19 introduziu desafios únicos no processo de adaptação ao luto. O isolamento social, as restrições às interações presenciais e as mudanças nos rituais de luto tornaram o processo de adaptação mais complicado. O luto à distância, em que as pessoas se despedem de entes queridos por meio de videochamadas, por exemplo, é uma experiência angustiante (Oleque et al., 2021; Scaramussa et al, 2023). A ausência de apoio presencial e o distanciamento físico impedem os enlutados de compartilhar seu pesar e buscar conforto na presença de outros. Além disso, os enlutados enfrentam a realidade do luto solitário, no qual os sentimentos de isolamento e desamparo são acentuados pelo impedimento de receber apoio social adequado.

Um dos aspectos mais preocupantes do luto na pandemia de COVID-19 é o seu impacto na saúde mental. Estudos indicam que a pandemia está associada a um aumento significativo nas taxas de depressão, ansiedade e transtorno de estresse pós-traumático. O luto pela COVID-19 é uma das principais causas dessa tendência preocupante (Canuto et al., 2023; Peixoto; Junior, 2021). A sobrecarga emocional resultante do luto, combinada com o estresse geral da pandemia, desencadeou problemas de saúde mental em muitos indivíduos, exigindo uma resposta urgente da comunidade de saúde mental. A dor da perda é frequentemente agravada pela culpa e pela sensação de impotência diante das circunstâncias, o que pode levar a uma espiral descendente de saúde mental comprometida.

A pandemia forçou as comunidades a repensar e reformular seus rituais de luto. Cerimônias fúnebres limitadas, restrições de capacidade em cemitérios e a necessidade de distanciamento social resultaram em novas abordagens para honrar os falecidos. A transformação desses rituais destaca a capacidade das culturas de se adaptarem a situações desafiadoras, mas também levanta questões sobre como encontrar maneiras eficazes de lidar com o luto em tempos de pandemia (Oliveira; Bisconcini; Gutierrez, 2020; Robles-Lessa et al., 2020). A reconfiguração de rituais de luto é uma resposta criativa e adaptativa à nova realidade imposta pela pandemia, mas também enfatiza a necessidade de apoio psicossocial para os enlutados. Essa adaptação inclui rituais online, como homenagens virtuais e memoriais, para permitir que as pessoas se despedem de seus entes queridos de forma segura e significativa.

A pandemia de COVID-19 representou um desafio sem precedentes em termos de luto em escala global. O processo de luto no contexto da pandemia é multifacetado e afeta tanto indivíduo quanto comunidades inteiras. Compreender as dimensões do luto na pandemia de COVID-19 e suas implicações psicossociais é fundamental para orientar intervenções de saúde mental e promover o bem-estar daqueles afetados por essa crise sem precedentes. O luto na pandemia é um desafio complexo, duradouro e em constante evolução que requer atenção contínua da comunidade científica, dos profissionais de saúde e dos formuladores de políticas para mitigar seu impacto e oferecer apoio adequado.

5 CONCLUSÃO

A pandemia de COVID-19, uma das crises mais impactantes da história recente, provocou profundas transformações em nossa relação com a morte e o luto. Ao longo deste trabalho, exploramos minuciosamente as complexidades desse cenário multifacetado e as implicações que ele trouxe para a humanidade.

A pandemia não só alterou drasticamente nossa compreensão da vida e da morte, mas também evidenciou a interligação fundamental entre esses dois aspectos da existência. A mortalidade, antes muitas vezes relegada a um segundo plano, emergiu como um elemento inegável de nossas vidas cotidianas. Isso nos obrigou a repensar nossas prioridades, a apreciar a efemeridade da vida e a valorizar a importância de cada momento. A COVID-19 nos forçou a confrontar a fragilidade da existência humana, estimulando um processo de reflexão profunda sobre o significado da vida e da morte.

No que diz respeito ao luto, a pandemia desencadeou um aumento expressivo das experiências de luto em todo o mundo. Muitos enfrentaram a morte de entes queridos de forma inesperada, o que tornou o processo de luto particularmente desafiador. A incapacidade de seguir os rituais tradicionais de despedida, a impossibilidade de estar presente nos últimos momentos de um ente querido e o distanciamento social intensificaram o sofrimento. Além disso, a questão do luto complicado se tornou mais proeminente, à medida que o isolamento social, o medo constante e a incerteza contribuíram para uma resposta emocional prolongada e complexa à perda.

As adaptações nas práticas funerárias e nos rituais de despedida refletiram a criatividade e a resiliência da humanidade diante de desafios inesperados. Comunidades em todo o mundo encontraram maneiras criativas de honrar seus mortos, adaptando tradições antigas ou criando novas formas de expressar o luto. Essas adaptações sublinharam a importância das práticas de luto na busca de significado e consolo em tempos de adversidade.

Enquanto este trabalho se esforçou para explorar as complexidades das transformações na experiência da morte e do luto durante a pandemia de COVID-19, é essencial reconhecer as limitações intrínsecas à pesquisa. A natureza dinâmica e em constante evolução da situação pandêmica pode ter impactado a validade temporal das conclusões, uma vez que as condições e respostas sociais variaram ao longo do tempo. Além disso, as respostas emocionais ao luto são intrinsecamente pessoais, e a amplitude dessas experiências individuais pode introduzir desafios à generalização dos resultados.

A disponibilidade limitada de dados precisos em tempo real durante a pandemia também pode ter influenciado a abrangência e a precisão das análises, destacando a necessidade de cautela ao interpretar os resultados. As diferenças nas estratégias de resposta adotadas por diferentes países e comunidades podem introduzir viés nas conclusões, ressaltando a importância de considerar as nuances culturais e contextuais ao analisar os resultados.

Ademais, a variação na adesão aos protocolos de saúde pública, as diferentes medidas de contenção adotadas e a evolução das variantes do vírus são fatores que podem ter influenciado as experiências individuais e coletivas de luto. Essas variáveis dinâmicas, muitas vezes fora do controle do escopo da pesquisa, podem ter impactado a consistência dos resultados ao longo do tempo e entre diferentes regiões.

Considerando a complexidade e a amplitude das transformações observadas durante a pandemia de COVID-19, as pesquisas futuras devem se concentrar em ampliar nossa compreensão desses fenômenos e em fornecer insights valiosos para enfrentar desafios semelhantes no futuro. Investigar a resiliência das comunidades diante de adversidades específicas e a eficácia das estratégias de apoio durante eventos de grande escala é fundamental. Além disso, é necessário aprofundar a análise das implicações a longo prazo nas práticas culturais e sociais relacionadas à morte e ao luto, considerando como essas mudanças podem influenciar a saúde mental e o bem-estar emocional a longo prazo.

Explorar as diferenças culturais na abordagem do luto e as estratégias de resiliência específicas adotadas por diferentes comunidades ao redor do mundo pode enriquecer nossa compreensão global desses fenômenos. Estudos longitudinais que acompanham as trajetórias de luto ao longo do tempo, considerando fatores como apoio social, acesso a serviços de saúde mental e adaptação de práticas culturais, são essenciais para uma compreensão mais completa e contextualizada.

Além disso, é vital investigar as melhores práticas para a prestação de suporte emocional durante situações de crise, identificando estratégias eficazes para lidar com o luto complicado e promovendo a resiliência em indivíduos e comunidades. Ao direcionar a pesquisa para essas áreas, podemos desenvolver conhecimentos mais sólidos e aplicáveis, contribuindo para uma melhor preparação e gestão de eventos similares no futuro.

REFERÊNCIAS

ADICHIE, Chimamanda Ngozi. **Notas sobre o luto**. São Paulo: Companhia das Letras, 2021.

ALVES, Aline Martins et al. Medicalização do luto: limites e perspectivas no manejo do sofrimento durante a pandemia. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 37, p. e00133221, 2021.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **DSM-5: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais**. Porto Alegre: Editora; 2014.

ARIÈS, Philippe. **O homem diante da morte**. Trad. Luiza Ribeiro. Rio de Janeiro: Francisco Alves, v.1, 1989.

- BEZERRA, Vitor de Lima et al. SARS-CoV-2 como agente causador da COVID-19: Epidemiologia, características genéticas, manifestações clínicas, diagnóstico e possíveis tratamentos. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 4, p. 8452-8467, 2020.
- BIANCO, Anna Carolina Lo; COSTA-MOURA, Fernanda. Covid-19: Luto, morte e a sustentação do laço social. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 40, p. e244103, 2020.
- BORGES, Jean Elyson Rodrigues et al. Entre a morte e a experiência da finitude: histórias e diálogos com o contemporâneo. **Revista do nufen: phenomenology and interdisciplinarity**, v. 13, n. 1, 2021.
- BRAET, Herman; VERBEKE, Werner (org). **A Morte na Idade Média**. São Paulo: Editora da Uni-versidade de São Paulo, 1996.
- BRITO, Sávio Breno Pires et al. Pandemia da COVID-19: o maior desafio do século XXI. **Vigilância sanitária em debate**, v. 8, n. 2, p. 54-63, 2020.
- CABRAL, Nelma et al. Luto e melancolização na pandemia do COVID 19. **Leitura Flutuante**, v. 13, n. 1, 2021.
- CANUTO, Rafael Menezes Souza et al. O Processo de Luto em Familiares de Vítimas da Covid-19. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v. 23, n. 2, p. 746-765, 2023.
- CARVALHO, Ana Flávia Moreira et al. Perdas, mortes e luto durante a pandemia de COVID-19: uma revisão sistemática Loss, death, and mourning during the COVID-19 pandemy: a systematic review. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 9, p. 90853-90870, 2021.
- CREPALDI, Maria Aparecida et al. Terminalidade, morte e luto na pandemia de COVID-19: demandas psicológicas emergentes e implicações práticas. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 37, 2020.
- DANTAS, Clarissa de Rosalmeida et al. O luto nos tempos da COVID-19: desafios do cuidado durante a pandemia. **Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental**, v. 23, p. 509-533, 2020.
- DUARTE, Phelipe Magalhães. COVID-19: Origem do novo coronavírus. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 2, p. 3585-3590, 2020.
- DUNKER, Christian Ingo Lenz. Teoria do luto em psicanálise. **Revista PsicoFAE: Pluralidades em Saúde Mental**, v. 8, n. 2, p. 28-42, 2019.
- ESTEVÃO, Amélia. COVID-19. **Acta Radiológica Portuguesa**, v. 32, n. 1, p. 5-6, 2020.
- FEITOZA, Thércia Mayara Oliveira et al. Comorbidades e COVID-19. **Revista Interfaces: saúde, humanas e tecnologia**, v. 8, n. 3, p. 711-723, 2020.
- FRANCO, Maria Helena Pereira. **O luto no século 21: uma compreensão abrangente do fenômeno**. São Paulo: Summus Editorial, 2021.

- FREITAS, André Ricardo Ribas; NAPIMOGA, Marcelo; DONALISIO, Maria Rita. Análise da gravidade da pandemia de Covid-19. **Epidemiologia e serviços de saúde**, v. 29, p. e2020119, 2020.
- FREITAS, Carlos Machado de; BARCELLOS, Christovam; VILLELA, Daniel Antunes Maciel. **Covid-19 no Brasil: cenários epidemiológicos e vigilância em saúde**. Série Informação para ação na Covid-19| Fiocruz, 2021.
- FREUD, Sigmund. **Luto e melancolia**. São Paulo: Cosac Naify, 2014.
- GIAMATTEY, Maria Eduarda Padilha et al. Rituais fúnebres na pandemia de COVID-19 e luto: possíveis reverberações. **Escola Anna Nery**, v. 26, 2021.
- HORTEGAS, Monica Giraldo; SANTOS, Cristiane Caldas dos. Covid-19 e o luto: sem poder dizer o último adeus. **Revista transformar**, v. 14, n. 2, p. 119-127, 2020.
- HOTT, Márden Cardoso Miranda. COVID-19: complicando o rito da morte e o luto. **InterAmerican Journal of Medicine and Health**, v. 3, 2020.
- KOENIG, Anne Marise; TEIXEIRA, Luciana de Almeida Silva. Reflexões sobre a morte e o morrer. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 30, p. e3157, 2022.
- KOVÁCS, Maria Júlia. **Morte e desenvolvimento humano**. São Paulo: Casa do Psicólogo; 1992.
- KOVÁCS, Maria Júlia. **Educação para a morte temas e reflexões**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003.
- LOPES, Fernanda Gomes et al. A dor que não pode calar: reflexões sobre o luto em tempos de Covid-19. **Psicologia USP**, v. 32, p. e210112, 2021.
- MACEDO-JÚNIOR, Adriano Menino de. Covid-19: calamidade pública. **Medicus**, v. 2, n. 1, p. 1-6, 2020.
- MAGALHÃES, Júlia Renata Fernandes de et al. Implicações sociais e de saúde que acometem pessoas enlutadas pela morte de familiares por covid-19. **Revista Baiana de Enfermagem**, v. 34, 2020.
- MARTIN, Pollyanna da Silva et al. História e Epidemiologia da COVID-19. **ULAKES Journal of Medicine**, v. 1, 2020.
- MELLO, Robson. Luto na pandemia Covid-19. **Revista PsicoFAE: Pluralidades em Saúde Mental**, v. 9, n. 1, p. 7-17, 2020.
- MONTE, Larissa Mendes do et al. Complicações atípicas e características clínico-epidemiológicas do COVID-19: uma revisão integrativa. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 46, p. e3699-e3699, 2020.
- MOURA, Erly Catarina et al. Covid-19: evolução temporal e imunização nas três ondas epidemiológicas, Brasil, 2020–2022. **Revista de Saúde Pública**, v. 56, 2022.

NETTO, Raimundo Gonçalves Ferreira; CORRÊA, José Wilson do Nascimento. Epidemiologia do surto de doença por coronavírus (COVID-19). **Desafios-Revista Interdisciplinar da Universidade Federal do Tocantins**, v. 7, n. Especial-3, p. 18-25, 2020.

OLEQUE, Geisson et al. Aspectos do luto em familiares de mortos em decorrência da Covid-19. **Rev. Bras. Psicoter.(Online)**, p. 121-133, 2021.

OLIVEIRA, Adriana Cristina de; LUCAS, Thabata Coaglio; IQUIAPAZA, Robert Aldo. O que a pandemia da covid-19 tem nos ensinado sobre adoção de medidas de precaução?. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 29, 2020.

OLIVEIRA, Dhiane Santana Araújo; BISCONCINI, Karen Pereira; GUTIERREZ, Beatriz Aparecida Ozello. Processo de luto diante da pandemia: repercussões frente à Covid-19 no Brasil. **Revista Kairós-Gerontologia**, v. 23, p. 499-516, 2020.

OLIVEIRA, Claudiana Ferreira et al. Saude mental e luto relacionados a pandemia da COVID-19: um levantamento bibliográfico. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 6, n. 4, p. 15511-15539, 2023.

OLIVEIRA, Eliany Nazaré et al. “Aquele adeus, não pude dar”: luto e sofrimento em tempos de COVID-19. **Enferm Foco**, v. 11, n. spe2, p. 55-61, 2020.

OSSWALD, Walter. **Sobre a Morte e o Morrer**. (1aed.). R. D. Editores.Lisboa, Portugal: Fundação Francisco Manuel dos Santos, 2013.

PEIXOTO, Emanuel Aparecido; JUNIOR, João Eduardo Martins. Uma aproximação entre o luto, a pandemia do COVID-19 e a atuação do Psicólogo Clínico. **Psicologia da Saúde e Processos Clínicos**, v. 2, n. 1, 2021.

PEREIRA, Míria Dantas et al. Aspectos epidemiológicos, clínicos e terapêuticos da COVID-19. **Journal of Health & Biological Sciences**, v. 8, n. 1, p. 1-8, 2020.

PETRY, Paulo Cauhy. Epidemiologia em tempos da pandemia Covid-19. **Saberes Plurais: Educação na Saúde**, v. 4, n. 1, p. 6-10, 2020.

REALE, Maria Júlia de O. Uchoa. Perdas, luto e transformações em tempos de covid-19. **Revista Baiana de Enfermagem**, v. 35, 2021.

ROBLES-LESSA, Moyana Mariano et al. Consequências do adeus negado às vítimas da covid-19. **Revista transformar**, v. 14, n. 2, p. 283-305, 2020.

RODRIGUES, José Carlos. **Tabu da morte**. Rio de Janeiro: Achiamé; 1983.

RODRIGUES, Gisele Alves et al. Restrições dos Rituais de Despedida diante a Covid-19 e Possíveis Impactos Psicológicos na Elaboração do Luto pela Morte. **International Journal of Development Research**, v. 11, n. 11, 2021.

SCARAMUSSA, Claudia Schramm et al. O processo de luto durante a pandemia de COVID-19 no Brasil. **Cuadernos de Educación y Desarrollo**, v. 15, n. 10, p. 10378-10402, 2023.

- SILVA, Letícia Dayane Moreira; RESENDE, Marineia Crosara de; ANDRADE, Raphael Zardini. Atitudes de profissionais de saúde em cuidados paliativos sobre a morte e o morrer. **Perspectivas em Psicologia**, v. 23, n. 1, p. 213-235, 2019.
- SIQUEIRA, Alessandra Cardoso; AZEVEDO, Daiane Ferreira. Terapia do Luto: intervenções clínicas na elaboração do processo de luto. **Revista Farol**, v. 9, n. 9, p. 341-355, 2020.
- SOARES, Ana Lucia Moeira Sousa; OLIVEIRA, Vania Cristine de. Sobre a morte o morrer. **Psicologia e Saúde em debate**, v. 5, n. 1, p. 144-148, 2019.
- SOUSA, Grasyele Oliveira et al. Evolução epidemiológica da COVID-19 no Brasil e no mundo. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 7, p. e630974653-e630974653, 2020.
- SOUSA, Reginaldo Cerqueira. Vulnerabilidade, vida precária e luto: os impactos da pandemia da Covid-19 no Brasil. **Unifesspa: Painel Reflexão em tempos de crise**, v. 25, p. 1-15, 2020.
- SOUZA, Alex Sandro Rolland et al. Aspectos gerais da pandemia de COVID-19. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 21, p. 29-45, 2021.
- SOUZA, Christiane Pantoja de; SOUZA, Airle Miranda de. Rituais fúnebres no processo do luto: significados e funções. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 35, p. e35412, 2019.
- SOUZA-JUNIOR, José Roberto de et al. COVID-19 e a promoção da saúde em tempos de pandemia. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 46, p. e3837-e3837, 2020.
- SUNDE, Rosario Martinho; SUNDE, Lucildina Muzuri Confero. Luto familiar em tempos da pandemia da covid-19: dor e sofrimento psicológico. **Revista Interfaces**, v. 8, n. 3, p. 703-710, 2020.
- TEICH, Vanessa Damazio et al. Características epidemiológicas e clínicas dos pacientes com COVID-19 no Brasil. **Einstein (São Paulo)**, v. 18, 2020.
- TEIXEIRA, Paulo Tadeu Ferreira. Pandemia Covid-19: Reflexões Sobre o Enlutamento/Covid-19 Pandemic: Reflections on Bereavement. **ID on line. Revista de psicologia**, v. 15, n. 54, p. 582-592, 2021.
- VERZTMAN, Julio; ROMÃO-DIAS, Daniela. Catástrofe, luto e esperança: o trabalho psicanalítico na pandemia de COVID-19. **Revista latinoamericana de psicopatologia fundamental**, v. 23, p. 269-290, 2020.
- WERNECK, Guilherme Loureiro. Epidemiologia e pandemia de Covid-19: oportunidades para rever trajetórias e planejar o futuro. **Interface-Comunicação, Saúde, Educação**, v. 27, 2022.
- XAVIER, Analucia R. et al. COVID-19: manifestações clínicas e laboratoriais na infecção pelo novo coronavírus. **Jornal Brasileiro de Patologia e Medicina Laboratorial**, v. 56, 2020.

ZILBERMAN, Adriana Birmann et al. **O processo psicológico do luto: teoria e prática**. 1ª ed. Curitiba: CRV, 2022.

AGRADECIMENTOS:

Agradeço a minha família que me apoiou em todos os momentos e dificuldades encaradas durante o curso, a minha mãe Sônia Lúcia que sempre foi meu exemplo de garra e resiliência em minha vida e que é o meu pilar, a meu Pai Aluízio Eduardo que dentro de suas limitações me educou e criou honestamente.

Aos meus irmãos Alison e Suenia por serem grandes motivadores em minha carreira e a minha cunhada Missicleide.

A meu namorado Elder Verás a quem de maneira especial por acima de tudo ser um parceiro que partilha a vida comigo.

A meus amigos “Os de sempre” Thati Lourenço, Fabricia Michelle, Tatiane e Rita de Cassia amo vocês.

A minhas amigas de curso que criamos um laço desde o primeiro momento e que estão para além das paredes da universidade em especial, Inoue, Jennifer Linny, Alda e Ana Beatriz.

A minha Madrinha Dedé por ser muitas vezes minha mãe e meu auxílio.

A minha madrinha Socorro a qual foi minha primeira educadora e sempre me instruiu a seguir na minha carreira acadêmica.

A minha amiga irmã que a vida me deu, Jacqueline Barros, a qual por diversas vezes me acolheu e foi modelo de inspiração, cuidado e amizade.

A meu Orientador que sempre me apoiou e prontamente a embarcar nessa pesquisa e por todo o suporte e paciência nos meus momentos de aflições.

As minhas amigas Leonara, Clara, Emilly Ishila, Raylla, Alice, Atamar Evellyn, Jaqueline, Mariana Bárbara, Mariana Alves, Mayara e Sarah.

Ao meu professor de estágio Felipe Ricardo.

Aos meus amigos, Italo, Jamilly, Breno, Renata, Jonatha, Milena e Aislan, por serem por diversas vezes alívio durante as tempestades.

A meus amigos, Suenia Barbosa, Eberton Vêras, Sueleide, Sueli.

Aos meus tios Branco e Bui.

A todos que de alguma forma foram presentes em minha vida e que não estão mais nessa vida.

A Meus avós a quem tanto amei e sinto saudades.

A meu irmão e amigo que sempre esteve ao meu lado, dividindo momentos, angústias, alegrias, sonhos e esperança de uma vida melhor e digna ao qual não importa o tempo a saudade sempre será enorme, dedico a ti esse trabalho João Victor Almeida.

A minha amada e querida amiga, professora, Tia Penha, a qual foi o motivo da temática escolhida para esta pesquisa, uma mulher sonhadora, mãe, exemplo de mulher, e que infelizmente foi uma das vítimas da Covid-19.

Por fim, dedico este estudo a todas as vítimas e familiares que perderam seus entes queridos em decorrência da pandemia da Covid-19.