

EFEITOS PSICOLÓGICO DO LUTO NO PERÍODO PANDÊMICO

AUTORES

BORGES, Lavínia S.

SILVA, Lívia L. I.

Discente da União das Faculdades dos Grandes Lagos – UNILAGO

SABINO, Alini Daniéli Viana

Docente da União das Faculdades dos Grandes Lagos – UNILAGO

RESUMO

O luto é causado pela perda de alguém significativo, e no período pandêmico esteve assossicado às medidas protetivas como a proibição de visitas ao hospital e a suspensão de rituais de despedida, os quais geraram a hipótese do luto grave, persistente e incapacitante. O presente estudo teve como objetivo de identificar os efeitos psicológicos do processo de luto por COVID-19. Refere-se a uma pesquisa não sistemática da literatura nas bases de dados eletrônicas: SciELO, PubMed, PsycINFO, entre os anos de 2020 a 2022. Foram encontrados 498 artigos, sendo incluídos N=07 que atenderam aos objetivos. Os resultados demonstram uma carência de pesquisas sobre o tema. A análise apontou para um consenso da literatura sobre o aumento e agravamento dos efeitos psicológicos do luto durante na pandemia (N=7), sobretudo quando associados às vivências do luto anterior ao período pandêmico, de mais de um familiar, e a ausência de rituais de despedida.

PALAVRAS-CHAVE

Luto. Perda. COVID-19. Agravamento.

1 INTRODUÇÃO

O luto é um fenômeno abordado sob diferentes perspectivas, e é causado pela perda de algo ou alguém significativo e importante. Esse processo é vivenciado de diversas maneiras por cada indivíduo, resultando em inúmeras reações fisiológicas, psicológicas e sociais, como, por exemplo, uma tristeza profunda (TAMMINGA, AERJEN, 2020). Caracteriza-se, também, por ser um processo angustiante por ser imprevisível, causando instabilidade ao indivíduo e sua família. Dentre as várias teorias que abordam o processo de luto, destaca-se a de uma das pioneiras no assunto, Elizabeth Klüber Ross (VARGO; NETTO, 2020), a qual descreve uma sequência de cinco fases do processo de luto, sendo elas, a negação, raiva, barganha, depressão e aceitação.

Segundo Klüber Ross (apud VARGO; NETTO, 2020) o primeiro estágio, a negação, é caracterizado pela dificuldade de aceitação da nova realidade, bem como pela dificuldade de compreender o que está acontecendo. O segundo estágio, é a raiva, essa fase é composta por sentimentos que incluem revolta e ressentimento, sendo assim, nesse estágio o indivíduo segue fazendo questionamentos sobre o motivo disso acontecer com ele, e não com uma outra pessoa. O terceiro estágio, é a barganha, a qual é caracterizada pela dificuldade de aceitação e pela busca de formas alternativas para enfrentamento do problema, tais como promessas e conversas com Deus, oferecendo algo em troca da vida do ente querido. O quarto estágio é a depressão, caracterizado por tristeza e desânimo associados ao sentimento de perda e falta da pessoa que se foi. O quinto e último estágio é a aceitação, sendo caracterizada como o final do ciclo, ocasião em que o indivíduo aceita a partida do familiar ou amigo, no entanto, em casos mais graves tal aceitação pode tornar-se inalcançável caso o indivíduo enlutado se agarrar as ideias de negação (VARGO; NETTO, 2020).

A perda de um ente querido, em qualquer cenário, é considerada difícil, na maioria das culturas. No período pandêmico especificamente, com o novo coronavírus (COVID-19), uma doença infecciosa causada pelo vírus SARS-CoV-2, que leva à infecções respiratórias, quadros agudos e até à morte, esse contexto pode levar a um impacto maior, já que a estratégia de saúde pública de impedir o contágio evitando visitas a hospitais e os rituais fúnebres agravaram os quadros de luto. (EISMA, MAARTEN; TAMMINGA, AERJEN, 2020).

Dessa forma, algumas pesquisas indicam que existem diferenças no processo de luto por perdas em decorrência de doenças agudas ou crônicas (FERNANDEZ; FALCON, 2020). Com relação às doenças crônicas, especialmente, mesmo antes em um período anterior à pandemia, o diagnóstico de uma doença grave sempre esteve associado ao estigma de incurabilidade, doença fatal e morte, sendo que um dos recursos utilizados para preparar o indivíduo e a família para a morte sempre foram os cuidados paliativos. Na área da psicologia, o encaminhamento de uma pessoa para os cuidados paliativos favorece na compreensão da situação atual do indivíduo adoecido, na reumanização do processo da morte e do morrer, no cuidado progressivo, bem como na elaboração do luto. Assim, baseado em seus princípios, esse tipo de tratamento busca a melhor qualidade de vida para o doente e sua família promovendo alívio de sintomas, crises e transtornos psicológicos. (VARGO; NETTO, 2020)

Contudo, em circunstâncias específicas como a pandemia do COVID-19, o qual envolveu um dos maiores surtos virais mais mortíferos e generalizado do século, que resultou em mais de 15 milhões de mortes por COVID-19 em todo o mundo, e, no Brasil mais 665 mil, ou seja, várias famílias vivenciaram o processo de luto repentino e agravado dentro deste cenário (EISMA, MAARTEN; TAMMINGA, AERJEN, 2020).

No período pandêmico foram diferentes sentimentos e emoções que toda a sociedade estava vivenciando simultaneamente, a profanação do vírus foi muito rápida, sendo um momento vivenciado com diferentes emoções, associados ao medo e incertezas. Diferentes protocolos foram seguidos, tais como isolamento social, uso de

máscaras e álcool, crise econômica, pois muitos chefes de família tiveram que trabalhar home office, diminuindo o salário, ocorrendo desempregos e demais consequências econômicas, uma vez que as empresas não conseguiram manter as condições de trabalho, e dispensando funcionários. Além disso, o medo de contrair a doença e de transmitir para alguém da família que fazia parte do grupo de risco, obrigou empresas e funcionários a aderir às medidas restritivas que trouxeram impacto para economia como um todo.

Dessa forma, quando alguém era inevitavelmente contaminado e evoluía para o óbito, a dificuldade em processar o luto levou à sentimentos de descrenças, o que muitas vezes fez com que muitas pessoas permanecessem no estágio da negação e da raiva. Assim, a sociedade vivenciou diferentes formas de contatos com o significado da morte e do luto em larga escala social. (FALCON; FERNANDEZ, 2020).

O luto complicado, por sua vez, pode desenvolver-se por meio de diferentes fatores, e em decorrência da falta de suporte e rede de apoio, dentre os mais significativos estão o meio social, o apoio da sociedade, o ambiente em que está vivendo, além de fatores associados à aproximação com o ente querido como a ligação que o indivíduo tem com a pessoa que partiu, entre outros. Em alguns casos, sugere-se o tratamento com profissionais da área da saúde mental, por conta das inúmeras consequências psicológicas como transtorno depressivo, ideação suicida, ansiedade, distúrbios do sono, aumento do risco de doenças físicas e uso de álcool e drogas (MORTAZAVI; SHAHBAZI; TABAN, 2020).

Assim, as pesquisas mostraram que o luto associado ao período pandêmico tornou-se mais complicado em função da morte súbita e inesperada, da falta de apoio e suporte social, bem como da impossibilidade da família de estar presente nos últimos momentos de vida. Além disso, a proibição das visitas ao hospital, a falta de notícias, perda de mais de um familiar, podem também ser fatores que influenciam as vivências do luto. Somado a tudo isso, a suspensão de rituais de despedidas, que sempre estiveram presente em diferentes culturas, como uma forma de homenagem e preparo para a despedida, podem gerar sentimento de descrença, indignação e raiva (FERNÁNDEZ; FALCÓN, 2021).

Neste contexto, o atual cenário do processo de luto se modificou rápida e drasticamente, sugerindo um aumento no luto grave, persistente e incapacitante, o que é chamado de Transtorno de Luto Prolongado (TLP), que é como uma resposta do Luto Persistente e generalizado que se caracteriza por saudade ou preocupação excessiva com o falecido acompanhado de dor emocional intensa, envolvendo sentimento de tristeza, culpa, raiva, negação, o que dificulta na aceitação da morte, por mais de seis meses consecutivos (TANG, Xeang, 2021). Outros transtornos decorrentes do luto podem ser o Transtorno do Estresse Pós Traumático (TEPT), Transtornos de Ansiedade e Transtornos Depressivos, entre outros. (CARDOSO, ÉRIKA *et al*, 2020).

Contudo, a pandemia do novo Corona Virus (COVID-19), foi uma doença fatal para muitos, deixando inúmeras vítimas por todo o mundo, causando impactos psicológicos decorrentes do processo de luto. Dessa maneira, o presente artigo tem o objetivo de indentificar os efeitos do processo de luto por Covid- 19.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

O presente artigo trata-se de uma revisão não sistemática da literatura, que avaliou os artigos científicos publicados entre os anos de 2020 a 2022, nos bancos de dados eletrônicos: Scielo (Scientific Electronic Library Online), PubMed (National Library of Medicine) e Psycinfo (American Psychological Association).

Os descritores utilizados foram: “Acute framework covid 19 death not vaccination”, “mourning for covid 19 not vaccination” e “covid 19 farewell ritual”, foram selecionados artigos em inglês, espanhol e português. Os critérios de inclusão foram artigos publicados entre 2020 e 2022, que apresentavam como tema “luto durante o

período pandêmico”, “ritual de despedida” e “impactos psicológicos”. Já, os critérios de exclusão, foram: artigos abordando luto fora do período pandêmico, artigos que abordavam o luto em profissionais de saúde linha de frente, artigos que são revisão bibliográfica e artigos que aportam outras causas de morte.

Os artigos foram separados por dois pesquisadores, por meio de seus títulos e resumos. Após a escolha, foram lidos na íntegra pelos pesquisadores, a fim de extrair uma maior fidedignidade.

Figura 1. Fluxograma das etapas de identificação análise separação e inclusão.

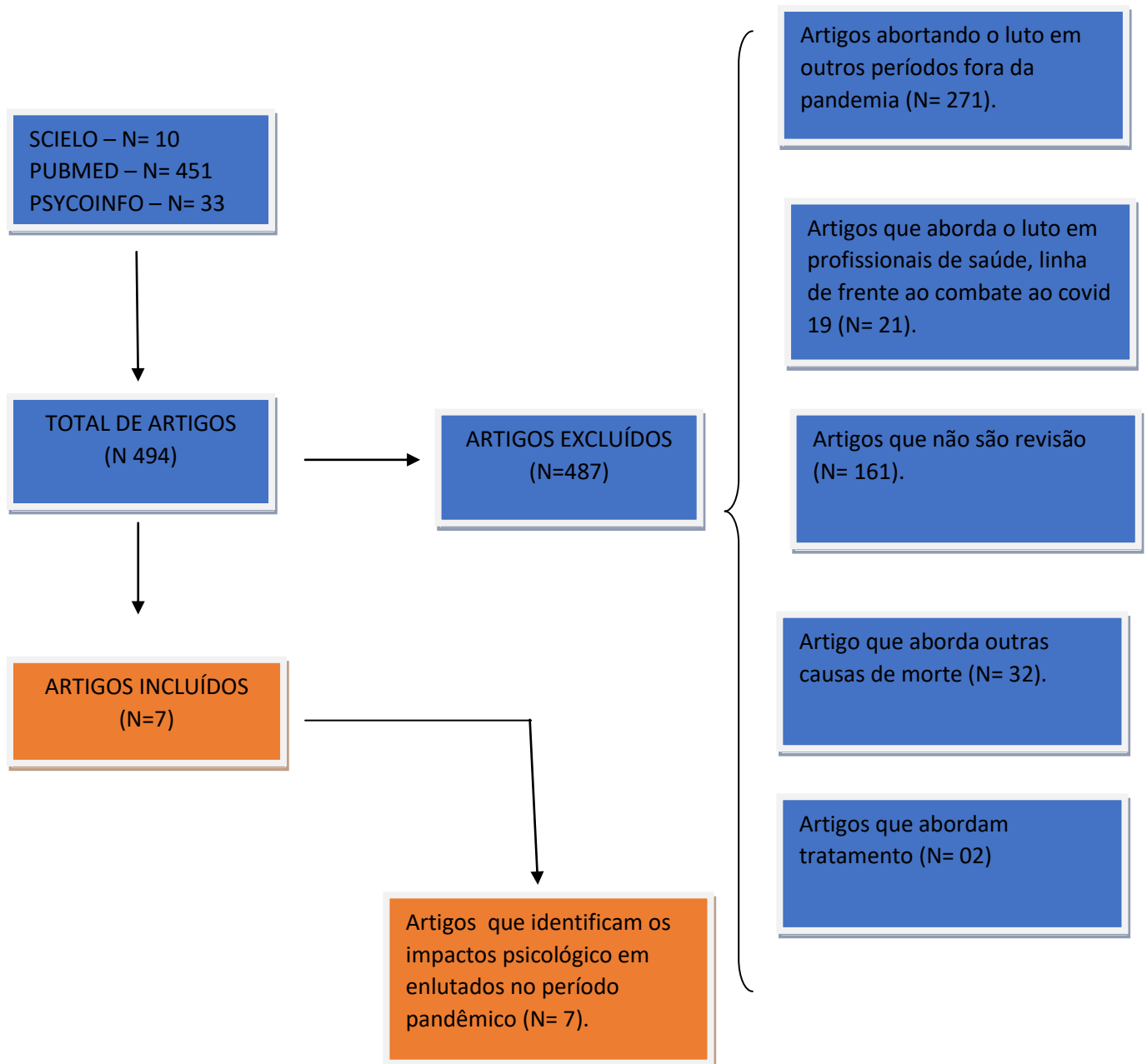


Tabela 02– Características dos estudos incluídos na revisão em função das variáveis amostra e metodologia.

AUTORES/ANO	PAÍS/ESTADO	OBJETIVO	EFEITO DO LUTO NA PANDEMIA
Eisma; Tamminga, /2020	E.U.A ¹ – FL ²	Avaliar a gravidade do luto antes e durante a pandemia.	Reação do luto mais grave.
Arantes, <i>et al.</i> /2020	BR ³ - SP ⁴	Compreender os significados dos rituais fúnebres suprimidos.	Os rituais no auxílio crítico, diminuindo o risco do luto complicado.
Barnes, <i>et al.</i> /2020	FR ⁵ - Paris	Compreender as vivências de familiares enlutados durante a pandemia.	O impacto nas experiências dos familiares.
Tang, ; Xiang,. / 2021	CN ⁶	Prevalência de ¹⁰ PGD e investigar fatores relacionados a sintomas de luto prolongados em chineses.	Estimativa de aumento de casos de transtorno de luto prolongado (PGD).
Mortozavi; Shahbozi; Taban. / 2021	IR ⁷	Compreender a experiência do luto durante a pandemia.	Explorar as experiências de sobreviventes.
Fernández; Falcón. /2021	ES ⁸ – MAD ⁹	Compreender as experiências da perda sem os rituais de despedidas tradicionais.	Explorar diferentes fatores que afetam o início do luto.

¹: Estados Unidos da América; ²Flórida; ³Brasil; ⁴São Paulo; ⁵França; ⁶China; ⁷Irã; ⁸Espanha; ⁹Madrid; ¹⁰Prolonged Grief Disorder (Transtorno do Luto Prolongado)

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise dos artigos selecionados indica que o luto é um tema estudado mundialmente, e embora sejam identificadas inúmeras publicações que abordam os efeitos do processo de luto entre familiares N= 494 (100%), sobretudo nos anos de 2020 e 2022, observa-se um número restrito de pesquisas envolvendo o período pandêmico N= 07 (1,42%). Assim, foram selecionados e analisados N=07 (100%) com base nas características amostrais e metodológicas, as quais podem ser observadas na Tabela 1. (Eisma, Maarten, Tamminga, Aerjen, 2020; Arantes, Erika *et al* ,2020; Barnes, Nancy *et a* , 2020; Tang, Seiqini, Xiang, Zhendong, 2021; Motozavi, Seyede; Shahbozi, Nazanin, Taban, mozhga, 2021; Fernández, Carlos, Falcón, Carmem, 2021).

Os artigos incluídos são de diferentes partes do mundo, sendo N=02 (33,3%) de países europeus, N=02 (33,3%) de países asiáticos, N=01 (16,6%) da América do Sul e N=01 (16,6%) da América do Norte.

Com relação aos objetivos, os autores buscam investigar o significado, vivência e experiência do processo de luto N= 05 (71,43%), bem como a gravidade dos sintomas N= 01 (14,27%) associados às especificidades do período pandêmico, tais como ausência de rituais de despedidas e o luto prolongado.

Sobre os efeitos do luto na pandemia, a análise dos estudos indicam uma concordância entre os autores sobre a gravidade dos sintomas durante o período pandêmico, o que é chamado de luto complicado, ou transtornos de luto prolongado. Assim, os autores concordam que há um impacto significativo na vivência do luto em decorrência das perdas na pandemia, e ainda sobre a importância de novos estudos explorarem os fatores que afetam o processo.

Da mesma forma, há um consenso entre os autores sobre os efeitos devastadores do luto no período pandêmico com relação ao tempo, ou seja, a curto e longo prazo. O número significativo de mortes repentinas e inesperadas, envolvendo um ou mais familiares, aponta para a vivência de um processo diferente de luto, influenciado por variáveis negativas que levaram à intensificação dos sintomas. Dentre tais variáveis foram consideradas: a falta de conhecimento científico sobre o novo vírus, as medidas restritivas de contatos físicos, isolamento social, a falta de apoio aos pacientes que recebiam o diagnóstico positivo, a proibição de visitas e acompanhantes quando eram hospitalizados, a falta de rituais de despedida entre outros fatores, o que gerou sentimentos de angústia, medo, incerteza e aumento da ansiedade (Fernández, Carlos; Falcón, Carmem, 2021). Como afirma Cardoso *et al* (2020) a impossibilidade e o medo do desconhecido estabeleceram um clima de medo generalizado, temendo duas possibilidades, a perda do familiar e a perda do controle sobre os acontecimentos, o que desencadeou experiências de desamparo, e intensificou as vivências do luto de forma mais complicada.

Os autores apontam que a presença dos familiares e da sociedade são variáveis que fazem muita diferença no processo de luto, e no período pandêmico isso foi retirado, por conta de diferentes protocolos, como o isolamento social e por medo de disseminação do vírus. Dessa forma, segundo Mortazavi (*et al*, 2020), houve uma dicotomia entre a necessidade da presença física do outro e o medo de sua presença pela possibilidade de ser acometido pela doença.

Estudos apontam que na nossa cultura, os rituais fúnebres sempre estiveram presentes desde a pré-história, sendo um momento de cuidado e despedida do ente querido. Os rituais têm um significado simbólico ao indivíduo, facilitando a comunicação social de significado relacionado à morte e ao morrer, fornecendo sentido à realidade. Além disso, os rituais podem ajudar a simbolizar a morte do ente querido, favorecendo a reintegração cotidiana e social rompida pela mudança da perda ocasionada, uma vez que o apoio prestado pode amenizar possíveis sentimentos de culpa, sendo assim, os rituais fúnebres são vistos como necessários para maturação psicológica, tendo atribuições relevantes como: ajudar o indivíduo a confrontar-se com a perda concreta e vivenciar

o processo de luto possibilitando a manifestação pública do pesar. Portanto, os rituais fúnebres é considerada uma forma de amenizar e contribuir para enlutado passar por esse momento tão delicado, sendo essa prática pensada como medida preventiva diante de complicações no processo de luto (SOUZA; PANTOJA, 2019).

No entanto, durante o período pandêmico os rituais fúnebres foram suspensos afetando diretamente o processo de luto dos indivíduos. Além disso, os autores afirmam que a ausência dos rituais fúnebres e o apoio da comunidade, que sempre ocorreram, resultaram em um impacto negativo e sentimentos de descrença e indignação. Como afirma Arantes, Erika (et al, 2020) prestar a última homenagem a um ente querido é um gesto de saúde mental que permite aos indivíduos fazer as pazes e reconciliar-se com a vida.

Contudo, a presente revisão bibliográfica indica que diante do cenário vivenciado durante o período pandêmico foram potencializados os sentimentos de dor e angústia dos familiares enlutados, que sentiram-se sem apoio, e definitivamente diferente de tudo que já havia sido vivenciado. Essa realidade modificou completamente a forma de passar pelo processo de luto, e diversos fatores podem ter intensificado o luto grave e patológico. Segundo Eisma Tamminga (2020), experimentar uma perda recente durante a pandemia provocou reações de luto mais grave do que antes da pandemia, sugerindo que lidar com a perda pode ser mais difícil durante essa crise de saúde em andamento.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise dos artigos selecionados indica que o luto vivenciado no período pandêmico apresentou características distintas do luto experienciado antes da pandemia.

Da mesma forma, os dados encontrados sugerem que houve um aumento do luto complicado pela influência de inúmeras variáveis presentes durante o período da pandêmico, tais como, o isolamento social, mortes inesperadas de vários membros da mesma família, falta de apoio social e de familiares, e sobretudo pela falta de rituais fúnebres de despedidas.

Entretanto, os estudos revisados indicam que a suspensão dos rituais fúnebres ocorridos no período pandêmico parecem ter sido o fator que mais influenciou nas vivências do luto complicado, o que resultou em um impacto negativo na elaboração dos processos de luto das famílias, além de sentimentos de descrença e indignação. Nesse sentido, estes estudos sugerem a relevância dos rituais, os quais estão associados ao processo de superação da perda, diminuindo o risco de desenvolver um luto complicado.

Assim, os resultados indicam que os rituais fúnebres são considerados como necessários para o enfrentamento da perda, de forma concreta, bem como para que deflagrem seu processo de luto, possibilitando a manifestação pública de seu pesar. (CARDOSO, ÉRIKA *et al*, 2020). Além disso, os funerais podem ainda auxiliar os sobreviventes a superar o momento crítico, diminuindo o risco de desenvolver um luto complicado.

Contudo, considerando as características específicas do período pandêmico observou-se que as perdas durante a pandemia estiveram associadas ao aumento do luto complicado e transtorno de luto (PGD), porém a carência de pesquisas sobre o tema indica a necessidade de mais estudos sobre esse fenômeno que deve ser mais investigado.

5 REFERÊNCIAS

BARNES, NANCY, *et al.* **Lived Experiences of Family Members of Patients With Severe COVID-19 Who Died in Intensive Care Units in France.** PubMed, 2022. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34152418/>>. Acesso em: 13 outubro 2022.

CARDOSO, ÉRIKA *et al.* **The Effect of Suppressing Funeral Rituals during The Covid19 pandemic on bereaved Familiis.** Scielo, 2020. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rlae/a/TmXZcXpFLPFPK5Vbzrc3YKv/?lang=en>>. Acesso em: 25 abril 2022.

EISMA, MAARTEN; TAMMINGA, AERJEN. **Grief Before and During the COVID-19 Pandemic: Multiple Group Comparisons.** PubMed, 2020. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33065207/>>. Acesso em: 15 maio 2022.

FERNÁNDEZ, CARLOS; FALCÓN, CARMEM. **I can't believe they Are Dead Death And Mourning in the Absence of Goodbyes During the COVID-19 Pandemic.** PubMed, 2021. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8444868/>>. Acesso em: 17 maio 2022.

MORTAZAVIA, SEYEDE; SHAHBAZI, NAZANIN; TABEN. **Mourning During Corona: A Phenomenological Study of Grief Experience Among Close Relatives During COVID-19 Pandemics.** PubMed, 2021. Disponível em: <<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/00302228211032736>>. Acesso em: 15 maio 2022.

SOUZA, ARILE; PANTOJA, CHRISTIANE. **Rituais Fúnebres no Processo do Luto: Significados e Funções.** Scielo, 2019. Disponível: <<https://www.scielo.br/j/jptp/a/McMhwzWgJZ4bngpRjL4J8xg/?lang=pt>>. acesso em: 13 outubro 2022.

TANG, SUQUIN. **Who suffered most after deaths due to COVID-19? Prevalence and correlates of prolonged grief disorder in COVID-19 related bereaved adult.** PubMed, 2021. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7877329/>>. Acesso em: 15 maio 2022.