

O LUTO EM TEMPOS DE COVID-19 E AGORA?



2021



UNCISAL
Universidade Estadual de
Ciências da Saúde de Alagoas



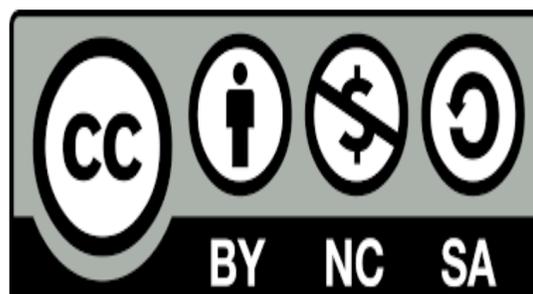
PEDRO HENRIQUE CAETANO CAVALCANTE

Prof^a Dra. Almira Alves Santos

ORIENTADORA

Mére Lander Moura Lins

CO-ORIENTADORA



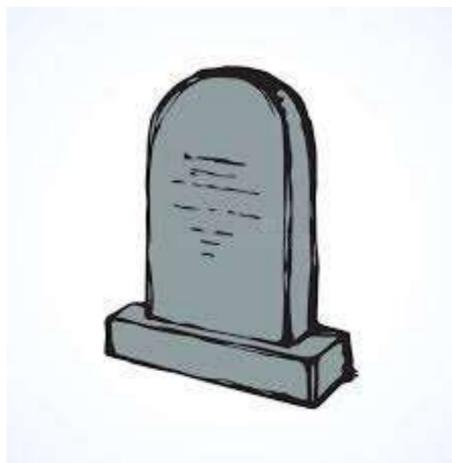
Se a vida fosse fácil como a gente quer...





Você já se imaginou perdendo:

ENTE QUERIDO



RELACIONAMENTO AMOROSO



ANIMAIS



TRABALHO



SAÚDE



OBJETOS



DIANTE DESSAS SITUAÇÕES PASSAMOS POR UM PROCESSO CHAMADO DE LUTO.

Se o futuro a gente pudesse prever...



E O QUE É O LUTO?

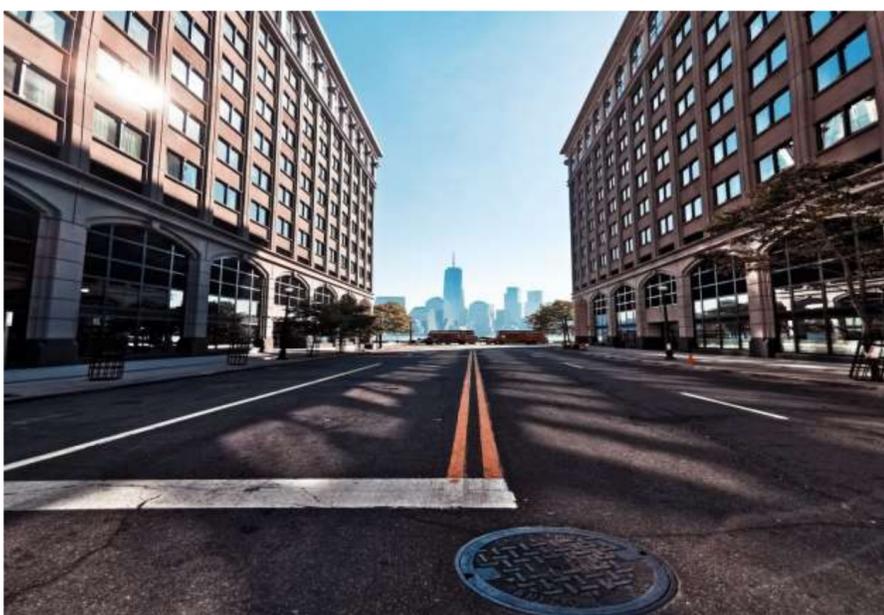
O luto é caracterizado como uma perda de um elo significativo entre uma pessoa e seu objeto, ele não se limita apenas à morte, mas o enfrentamento das sucessivas perdas reais e simbólicas durante o desenvolvimento humano

(CAVALCANTI et al., 2013).



A pandemia da Covid-19 lançou a nós, em menor ou maior intensidade, um processo de luto, pois trouxe muitas perdas, tais como:

**A LIBERDADE DE
CIRCULAR LIVREMENTE**



**A POSSIBILIDADE DE
NOS REUNIRMOS**



(DANTAS et al., 2020).

Eu estaria agora tomando um café...





ESTÁGIOS DO LUTO

Primeiro estágio: negação e isolamento

Nesse estágio a pessoa **se nega acreditar**, ele serve como uma “armadura”, para diminuir o impacto da notícia. Geralmente a negação é uma defesa temporária que será substituída por uma aceitação parcial.

Nesse estágio é importante acolhê-lo em sua negativa, ter empatia e dar suporte emocional.



Sentado com os amigos em frente à TV...



ESTÁGIOS DO LUTO

Segundo estágio: raiva

Quando a negação não é mais possível de ser mantida, vem a raiva, onde o indivíduo se sente injustiçado e não se conforma pelo o que está passando.

Nesse estágio surge a seguinte pergunta:

Por que comigo?



O acolhimento dessa situação facilita que a pessoa vivencie sua raiva.



Eu olharia as aves como eu nunca olhei...





ESTÁGIOS DO LUTO

Terceiro estágio: barganha

De agora em diante farei um trato, e, geralmente, esse trato é negociável com Deus. Promessas são feitas para que adie, de alguma maneira, o desfecho final.



Daria um abraço apertado em meus avós...



ESTÁGIOS DO LUTO



Quarto estágio: depressão

A depressão é percebida quando a pessoa em luto se depara com a realidade: “isso é real, aconteceu e aconteceu comigo, não há como fugir”. A tristeza é mais intensa.

O importante neste momento é se sentir amparado, nunca sozinho. O toque fará as vezes das frases desnecessárias e inconvenientes.



Diria eu te amo a quem nunca pensei...





ESTÁGIOS DO LUTO

Quinto estágio: aceitação

Esse estágio é chamado de aceitação e não de superação justamente porque chegar aqui não significa que está tudo ok e a vida voltou a ser bela. Aceitação é justamente ter consciência disso, desta nova realidade, e permitir que a vida continue, adaptando-se a este novo cenário



Importante ressaltar que os estágios não seguem necessariamente a ordem desse manual.

Talvez é o que o universo espera de nós...





VIVA BEM O LUTO NÃO TENDE CAMUFLA-LÓ COM:

**EXCESSO DE
TRABALHO**

CONSUMISMO



**SE TIVER DIFICULDADES EM LIDAR COM ESTA
FASE OU SE CONSIDERAR QUE ELA ESTÁ
DEMORANDO MUITO A PASSAR, BUSQUE AJUDA
PROFISSIONAL.**



Eu quero ser curado e ajudar curar também...

Eu quero ser melhor do que eu nunca fui
Fazer o que eu posso pra me ajudar
Ser justo e paciente como era Jesus

Eu quero dar mais valor até o calor do sol
Que eu esteja preparado pra quem me conduz
Que eu seja todo dia como um girassol
De costas pro escuro e de frente pra luz
E de frente pra luz
E de frente pra luz

(Priscilla Alcântara e
Whindersson Nunes)



REFERÊNCIAS

Simões JC. Síndrome de luto. Rev. Med. Res., v.16, n.2, p.122-126, abr./jun.2014.

Dantas et al., O luto nos tempos da COVID-19: desafios do cuidado durante a pandemia. Rev. Latinoam. Psicopat. Fund., São Paulo, 23(3), 509-533, set. 2020

Cavalcanti; Samczuk; Bonfim. O conceito psicanalítico do luto: uma perspectiva a partir de Freud e Klein,. jan./dez. 2013