



ALINE ELISA ODY

**LUTO:**

**UM ESTUDO DE CASO PSICANALÍTICO NO PÓS PANDEMIA POR COVID 19.**

CANOAS, 2022

**ALINE ELISA ODY**

**LUTO:**

**UM ESTUDO DE CASO PSICANALÍTICO NO PÓS PANDEMIA POR COVID 19.**

Projeto de trabalho de conclusão de curso apresentado pela Universidade La Salle como requisito parcial para a obtenção do título de bacharel em psicologia.

Orientação:

Dr<sup>a</sup> Prof<sup>a</sup> Denise Quaresma da Silva

CANOAS, 2022

## RESUMO

O presente estudo qualitativo objetiva lançar luzes sobre o processo do luto, a partir de um estudo de caso psicanalítico. Para tanto, metodologicamente, serão utilizados recortes de atendimentos terapêuticos a enlutados. O aporte teórico advém do referencial teórico psicanalítico: FREUD, (1972); ADICHIE, (2021); BOTEILLER, (2017); CARTER, (1995); COELHO, (2001); CORBANEZI, (2018); CREBALDI, (2020); EDLER, (2008); BOWLBY, (2015); FRANCO, (2021); NIEMEYER, (2002); PARKES, (1998); QUARESMA, (2013); ROSS (1985) e WORDEN, (2013). A partir do observado e aportes teóricos encontrados, pretende-se apresentar o luto e a melancolia em Freud; fases do processo de Luto a partir de diferentes autores; a importância de sua elaboração para seguir em frente.

Palavras-chave: **luto – pandemia – psicanálise**

## **ABSTRACT**

This qualitative study aims to discuss, from a case study psychoanalytical mourning and its vicissitudes. Therefore, methodologically, clippings of therapeutic assistance to bereaved people will be used. The theoretical contribution comes from the psychoanalytic theoretical framework and different authors who debate the theme, as: ADICHIE, (2021); BOTEILLER (2017); BOWLBY, (2015); CARTER, (1995); COELHO, (2001); CORBANEZI, (2018); CREBALDI, (2020); EDLER, (2008); FREUD, (1972); FRANCO, (2021); NIEMEYER, (2002); PARKES, (1998); QUARESMA, (2013); ROSS (1985) and WORDEN, (2013). From the observations carried out in an internship of the psychology course, based on the theoretical contribution pointed, it is intended to shed light on mourning and melancholy in Freud; the stages of the Mourning process from different authors; the importance of its elaboration.

**Keywords: mourning - pandemic - psychoanalysis**

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b> .....	<b>5</b>
<b>2 LUTO E MELANCOLIA EM FREUD</b> .....	<b>9</b>
<b>2.1 O Processo de luto: uma leitura pós-freudiana</b> .....	<b>13</b>
<b>2.2 Considerações sobre a elaboração do luto</b> .....	<b>16</b>
<b>3 METODOLOGIA</b> .....	<b>21</b>
<b>4 ALGUMAS OBSERVAÇÕES SOBRE O LUTO: A CLÍNICA EM CENA</b> .....	<b>22</b>
<b>5 CONSIDERAÇÕES QUASE FINAIS</b> .....	<b>38</b>
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	<b>39</b>

## 1 INTRODUÇÃO

O presente estudo versa sobre um tema considerado “Tabu” em nossa sociedade ocidental, pois revestido de dor, ambivalências e controvérsias, o luto explícita, de certo modo, o real temor da finitude. Marcada pela experiência mais “dolorosa e desorganizadora” da condição humana, a perda por morte e o processo de luto devem encontrar um lugar de especial atenção e cuidado (FRANCO, 2021).

Crepaldi (2020) afirma que, em nossa vida tudo tem um fim e estamos em contínuo processo de perdas. O que nos faz pensar que algo sempre está acontecendo, em constante transformação e do ponto de vista psíquico, em elaboração. Enquanto vivos nos deparamos com o desafio de realizar travessias, deixar algo, recomeçar e seguir em frente, do contrário estagnamos e perdemos a oportunidade de desfrutar da vida assim como se apresenta. O luto deve ser encarado como um processo natural e inevitável após uma perda, seja ela por morte e ou simbólica, como iremos explicitar melhor ao longo do estudo.

Considerado tema transversal, o luto percorre a vida humana nas suas diferentes dimensões, ocasionando sofrimento psíquico, seja perda por morte ou de outra ordem como: separações, perda de emprego, aposentadoria, perda das forças físicas, membros do corpo, fechamento de ciclos e perda de Pet; por fim, é indiscutivelmente um assunto que nos mobiliza e que de alguma forma, em diferentes situações do desenvolvimento nos atravessa.

Parkes (1998), compara o luto com uma ferida que se abre e que necessita seu tempo para sarar, assim como também refere ser o preço do amor. Já Franco (2021), define o luto como um “processo de construção de significado em decorrência do rompimento de um vínculo”.

Para além das condições internas e subjetivas do indivíduo, fatores culturais, sociais e religiosos são preditores para a experiência do luto. No Brasil as influências culturais, desde a colonização até o mais recente advento de haitianos e venezuelanos no país, acarretam mudanças importantes. O respeito às diferenças, é condição para que o fenômeno do luto seja vivenciado em seu contexto multicultural.

Outrossim, conforme a legislação trabalhista brasileira, é do direito do trabalhador o tempo de licença ao para viver o luto. A garantia desse direito deve-se

pela Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), que regula pelo decreto-Lei n. 229, do ano de 1967, pelo artigo 473, dois dias de afastamento do trabalho ao enlutado. No entanto, as relações de trabalho, pautadas no lucro e na produção, são características da contemporaneidade que não consideram satisfatoriamente os vínculos relacionados à perda, eximindo-se na atenção ao tempo do luto do empregado. Constata-se um luto vinculado ao sistema patriarcal e pouco ao estado, sendo o último regulado por uma sociedade capitalista que aspira ao lucro, contrapõe-se às necessidades humanas. Sob a égide de uma lei voltada ao sistema capitalista, o enlutado é levado, no curto período, a retomar suas atividades. (FRANCO, 2021).

Os rituais de despedida do ente querido, assim como o esteio social, são condições importantes no processo do luto. A deficiência desses âmbitos pode ser considerada fator complicador na elaboração. Em tempos de pandemia, com a disseminação da COVID19, tais restrições foram ainda mais intensificadas pelo distanciamento social. Segundo Casellato (2020), na pandemia o mundo individual e coletivo planejado e organizado foi abalado, tornando-se vulnerável e ameaçado. A autora declara que em situações, cujas ameaças externas tomam grandes proporções, como as experimentadas na pandemia, sistemas de proteção e sobrevivência são acionados como enfrentamento. A ativação de sentimentos de medo e insegurança são geradores de sobrecarga emocional, dificultando-se a capacidade cognitiva de discriminação e discernimento diante dos perigos existentes. Em virtude da demanda social por proteção e segurança, a autora ressalta que as lideranças políticas exercem importante posição no amparo e desaceleramento das mortes por COVID 19.

A velocidade do adoecimento, tendo como desfecho a morte, seguido de um velório fúnebre acelerado, quase que inviabilizado, são comparados a outros eventos em massa, como os de guerras, “acidentes aéreos, acidentes naturais” cujas barreiras para os rituais funerários são preditores para um luto complicado. Segundo Casellato (2021), as mortes ocorridas no contexto pandêmico e a precariedade dos rituais fúnebres são fatores em potencial para perdas consideradas ambíguas, ocasionadas pelo afastamento e ou insuficiência da presença da comunidade, tornando o evento solitário no enfrentamento do luto. O impacto disso ainda não é mensurável, porém, poderá ainda ser dimensionado por pesquisas posteriores.

Além dos rituais e do apoio social, a comunicação tem sido elemento essencial ao longo do distanciamento social. As novas ferramentas tecnológicas foram imprescindíveis para a humanização dos rituais de despedida. Apesar da substituição da presença física pelos meios virtuais, a comunicação envolve o “verbo” e o que está para além da palavra que a transcende. Tratando-se da linguagem não verbal, o gesto e o silêncio são “gaps” de uma comunicação profunda. O que é preciso ser comunicado? O que se passa nesse momento em que as despedidas acontecem? E quando essa comunicação final não é mais possível? Quando a fala é inviabilizada? O que fica de traumático nessas despedidas? (CREBALDI, 2020).

Impreterivelmente o luto tornou-se tema vital, sobretudo quanto à elaboração, quando advém a inviabilidade de vivenciá-lo frente uma sociedade premida pela urgência de seguir em frente. O que ora se problematiza é o imperativo de uma nova consciência sobre a relevância de novas práticas e políticas para que o sofrimento pela perda seja legitimado, o tempo de elaboração autorizado e vivido. Corbanezi (2017) denuncia uma sociedade contemporânea que, impelida ao consumo, leva o sujeito a uma vida excessivamente ativa e produtiva. Apesar das conquistas e autonomias no mercado de trabalho, a intensa necessidade de adaptação às demandas sociais, move para a criatividade, levando o sujeito até a exaustão. A conquista de uma suposta liberdade é colocada à prova, dado que, respondendo aos mecanismos de atividades incessantes, causa doenças psíquicas e uma vida, cuja frenesi obstaculiza o ócio e o descanso. O suposto ócio, aparentemente a serviço do descanso, não privilegia, necessariamente, novos atos criativos. Se por um lado Freud apontou para as doenças advindas de uma sociedade repressora, onde regia a primazia da privação; por outro, na sociedade contemporânea, impera o incessante poder. Nesse novo contexto social, o sujeito é estimulado para a autossuperação, sendo levado a transgredir suas condições físicas e psíquicas, denominado pelo autor de “autoagressividade”. O que aparentemente está revestido de positividade, de motivação, que impulsiona a seguir em frente, esconde uma sutil, e avassaladora coação de seguir a qualquer custo, chegando a sua “autodestruição”. Sob esse panorama social que o luto busca encontrar espaço de elaboração.

Para tanto, propõe-se uma revisão de conceitos fundamentais para a temática do luto, sendo que no primeiro momento pretende-se dar notícias sobre a “relação



do objeto” em Freud para uma compreensão do Luto e Melancolia. No segundo, desenrola-se a discussão de diferentes autores sobre o luto. Em terceiro, as condições necessárias para a elaboração. E, por fim, a análise das experiências de enlutados, observadas ao longo de um ano no estágio básico da formação em psicologia, recorrendo-se à "técnica da observação livre" no campo terapêutico, à luz da teoria do luto (QUARESMA, 2013).

## 2 LUTO E MELANCOLIA EM FREUD

Para um entendimento do luto e da melancolia, apresentado por Freud, cabe uma breve revisão sobre a noção de “objeto”, conceito empregado em diferentes momentos da sua construção teórica. A noção de objeto é amplamente usada por Freud em seus escritos que, na junção de palavras da língua alemã, recebem sentidos diferentes. Apesar da complexidade da sua obra, a abrangência do conceito, o entendimento da sua relação com a construção da subjetividade, é primordial para o que se propõe esse estudo (COELHO, 2001).

O itinerário apresentado por este último autor, mostra de forma didática o percurso realizado pela obra freudiana que apresenta o texto “Uma lembrança infantil sobre Leonardo da Vinci” (FREUD, 1972[1910]), apontando este como o primeiro ensaio na construção conceitual, seguindo-se com o texto “Introdução ao Narcisismo” (FREUD, 1972[1914]) e por fim, “Luto e melancolia” (FREUD, 1972[1917]), sendo a “identificação primária” destaque para a compreensão do tema proposto. Por outro lado, Boteiller (2017) refere que Freud (1972[1905]) em “Os três ensaios sobre a sexualidade”, introduz as primeiras ideias relacionadas ao “objeto”, ao desenvolver o conceito de pulsão como energia própria e natural a cada sujeito. Compreendida como pulsão que move a investir em algo ou alguém, esse investimento realizado pelas figuras parentais, é fundamental para a constituição das relações, uma vez que, o sujeito se torna um ser de alteridade, de interdependência, apto para o convívio social, portanto capaz de amar.

Para Coelho (2001), o que caracteriza essa primeira relação objetal do bebê é a sua relação com a figura materna. Nela, o bebê experimenta as primeiras sensações de prazer, o que seria também possível denominar como as primeiras pulsões sexuais, estendendo-se a relações posteriores da vida adulta. A relação “mãe-bebê” é permeada de investimento. Freud, denomina essa energia de “libido”, distinguindo-a entre “libido do eu” e “libido do objeto”. Na “libido do eu” ocorre um investimento no próprio sujeito a ponto de tornar-se um grande “reservatório” da libido, o que constituiria para Freud o “narcisismo primário”. E a libido de objeto é o investimento fora do sujeito, ou seja, no outro (FREUD, 1972[1914], p. 85).

O narcisismo é a condição da formação do “eu”, chegando a se confundir um com o outro. Inicialmente ainda não estando formado, não havendo uma unidade, o “eu” deve ser desenvolvido. Entretanto, as pulsões eróticas já presentes desde o início, são satisfeitas inicialmente através da sucção, denominado de “autoerotismo”. Associada a esta condição inicial do bebê, para que o “eu” possa se desenvolver, é primordial que exista um investimento externo a ele próprio, isto é, uma nova ação psíquica. Para Freud, essa ação seria a própria libido, que é a energia psíquica, e a respectiva pulsão sexual. Esse investimento (libidinal) realizado pela função materna, forma um corpo perfeito na criança, ou seja, o “eu ideal”, que em seguida vamos retornar.

Como sustentação dessa nova condição a criança investe no objeto, ou melhor, nela mesma, interessando-se pelo mundo fora dela. Apesar disso, este objeto é uma representação do “eu” e segue até a vida adulta nesse duplo movimento de investimento nele mesmo e no outro. Este retorno libidinal do eu, após investimento em objetos externos, é denominado por Freud de “narcisismo secundário”. Caracterizado pelo prazer encontrado em seu próprio corpo através do cuidado materno, em cuja fase inicial o “eu” do sujeito se inaugura. Podemos também dizer que a “libido do eu” está relacionada a satisfação centrada no próprio eu. Já na “libido de objeto”, o “eu” se volta para o “objeto” fora dele mesmo e o reconhece como diferente.

O “eu ideal”, corresponde a uma imagem perfeita que o indivíduo tem sobre si mesmo, construída a partir do discurso e do investimento dos pais. A projeção de um filho perfeito, aquele ao qual os pais queriam ter sido em sua infância, mas que pela realidade da vida adulta foi abandonada, desfeita, retorna agora com força nessa relação. O outro introduz não somente a imagem corporal como também a noção de “eu”, constituindo-se a “imagem do eu”. Porém, a imagem encontrada no outro, elimina o eu, passando a assumir a imagem do outro, que Freud denomina de “identificação do eu”. O sujeito, cujo “eu ideal” assume as características do “eu” idealizado pelos pais, passa a imaginar o que os pais querem que ele seja. Portanto, há uma busca incansável em corresponder às expectativas das figuras parentais, até a vida adulta. Em contrapartida, os pais atribuem todas as coisas boas aos filhos e as falhas são encobertas.

Segundo Edler, o sujeito adulto não abandona a perfeição do narcisismo infantil, contudo, na sua nova versão, projeta para o “ideal de eu” seu próprio ideal,

seu narcisismo abandonado na infância. No plano do “ideal de eu”, o sujeito passa a assumir características específicas para poder desejar o que está fora dele mesmo. Associado ao “complexo de Édipo”, o sujeito busca ser como o pai para poder desejar a mãe. Vinculado ao simbólico, podemos então dizer que é a procura por aquilo que o pai representa. Surgem, portanto, os grandes ideais a serem perseguidos como por exemplo os ídolos, projetos, enfim, tudo o que está relacionado a um ideal a ser atingido e que está no nível do simbólico, da representação. A imagem ideal construída está sempre aquém de suas reais possibilidades, o que gera sensação de impotência diante da vida (2020, p.106).

Para Freud, a relação do Narcisismo com o tema do luto e da melancolia, reside no fato de que nele se forma o “objeto”. Em ambos, se dá a perda do objeto, que no último resulta na identificação com o que foi perdido. A identificação é a dinâmica que ocorre no processo narcísico, no qual o investimento do sujeito para o mundo externo, retorna para satisfazer a ele próprio. Em vista disso, não ocorrem novos investimentos, transformando-se a perda do eu pela identificação com o objeto perdido. Em decorrência, uma escolha de objeto e um investimento da libido a uma pessoa, acontece.

Este vínculo é abalado pela perda e, ao invés de ocorrer uma retirada da libido desse objeto, ela retorna para o eu. Sendo assim, ocorre uma identificação narcísica do eu com o objeto abandonado, apontando para todas as características já mencionadas na melancolia. Como consequência, a perda do objeto se transformou na perda do eu, gerando um conflito entre o eu crítico e o eu alterado pela identificação. Tanto no luto quanto na melancolia a perda do objeto é real. Entretanto, no luto o sujeito está consciente da perda que deu origem à sua tristeza, sabe quem ele perdeu, mas não o que perdeu nesse alguém.

Já no luto o objeto é concretamente perdido, caracterizando-se por desinteresse pelo mundo externo, após a perda. Os demais objetos não evocam o objeto perdido, o que justifica a falta de interesse neles. Por essa impossibilidade de uma substituição, a escolha de um novo objeto amoroso não advém de imediato. A dor causada pela perda é acompanhada de uma inibição do eu e de uma restrição de seu campo de atividades, tornando o seu mundo pobre e vazio. Tais condições são explicadas pelo fato de o sujeito estar ocupado com o trabalho do luto. A pessoa amada (objeto) não existe mais, o que exige do sujeito a retirada de suas ligações com o que se perdeu. Ao longo deste trabalho o objeto perdido é

frequentemente evocado e investido até que ocorra um gradual desligamento e o sujeito fique novamente livre das inibições próprias do luto.

Enquanto na melancolia não há um reconhecimento sobre o que foi perdido com a perda. Acrescido ainda a desvalorização do próprio eu, a auto degradação, o “envilecimento” diante dos outros, com acentuado delírio de inferioridade se tornam presentes. Há, portanto, “diminuição do sentimento de autoestima, acompanhado de autorecriminação e “auto-envelhecimento”, culminando numa expectativa de punição. (FREUD, 1972[1915], p. 250) O que leva os sujeitos a se tornarem melancólicos na perda de objeto ou passarem normalmente pela fase do luto, consiste para Freud, no fato de que a escolha inicial do objeto amado tenha sido feita sobre uma base narcísica.

Em seu texto sobre luto e melancolia (1972[1915]), Freud faz uma distinção importante, caracterizando cada uma delas. Refere que no luto acontece um trabalho psíquico importante, cujo estado é considerado natural diante de uma perda por morte de um ente querido ou por perdas de outra ordem. Apesar do doloroso rompimento na relação estabelecida, o que constitui o tempo pós perda, é considerado luto não patológico.

O trabalho psíquico, apontado por Freud (1972[1915]), próprio do enlutado, diz respeito ao processo de desligamento libidinal em relação ao objeto de amor. Por essa razão, é possível verificar uma inibição caracterizada pela falta de interesse no mundo externo. Mesmo em circunstâncias onde um novo objeto esteja às “portas”, o sujeito poderá resistir em abandonar o antigo. Entretanto, a energia “hipercatexizada” (FREUD, 1972[1915], p. 251), busca por encontrar vazão em um novo investimento. Nesse sentido, a palavra, a repetição, evocam experiências importantes vivenciadas com o ente querido e a identificação do que se perdeu. A possibilidade de fala como recurso consciente em relação ao que se perdeu, confere ao discurso um papel importante para que a energia psíquica diminua em intensidade, seja redistribuída, e o ego possa novamente estar livre. Nesse sentido, a criatividade é um indício importante de elaboração.

Um dos aspectos essenciais para que o trabalho de luto possa iniciar é a concretização da perda do objeto de amor. É preciso que o enlutado consiga aceitar que a perda aconteceu. No luto, a concretização da perda, é o primeiro passo para o processo de elaboração, também no luto patológico a primeira fase acontece, porém o destino se diferencia.

## 2.1 O Processo de luto: uma leitura pós-freudiana

Uma das primeiras a se debruçar acerca dos processos de morte em pacientes cronicamente adoecidos, Ross (1985) aponta que o processo de morte é constituído por estágios até a sua concretização. Partindo de um modelo linear, o primeiro estágio, denominado de negação, está associado ao movimento de não aceitação da realidade; a raiva é o sentimento expresso frente a inconformidade e a revolta; a barganha é a busca pela reversão da realidade; e a experiência de impotência culmina a um estado de introversão, tristeza, desolação, até a depressão.

Outros autores como Neimayer (2002), Parkes (1998) Worden (2013), apresentam modelos divergentes do processo de luto. Parkes (1998), compreende que o luto acontece de modo oscilante, denominado por Stroebe e Schut (FRANCO *et al.*, 2021) de processo dual. Os autores apontam uma alternância entre o movimento de enfrentamento da perda e a busca pela restauração. A restauração, concebida como processo adaptativo ao novo estilo de vida, indica a ausência do ente querido. Novos significados para a perda são construídos, a posição da pessoa falecida é recolocada, não necessariamente no passado, mas com novo sentido. Se antes o luto era compreendido como um desprendimento da pessoa amada; a partir dos novos constructos, um reposicionamento do ente querido, encontra na vida do enlutado o seu novo lugar. No processo dual a oscilação se apresenta em movimentos de tristeza e retomada das atividades. Na descrição do relato podemos notar que sentimentos de tristeza se mesclam com outros mais prospectivos:

J. diz que por um momento é bastante racional e depois novamente se fragiliza, sente saudades. De acordo com o modelo dual esse processo é normal do processo do luto. Aos poucos vai oscilando cada vez menos. Já consegue falar que o luto é muito louco, hora está de um jeito e em outro momento é diferente. De repente desperta a necessidade de planejar sobre o que vai fazer da vida, de se organizar sobre o futuro, onde quer estar (J.).

Ainda que exista semelhanças entre os autores, o processo de aceitação da morte, citada por Ross (1985), se distingue do processo de aceitação e elaboração referida por Strobe e Schut (2021). Ao que se deve essa diferença? Ross (1985), discorre sobre a negação no processo de morrer na perspectiva de melhora e de

superação. Já o luto, sugerido por Strobe e Schut, envolve sutilezas, a partir das quais, temos o evento real de uma perda. Assim como na depressão, não há razões concretas para o sofrimento, cujos sintomas podem ser abrandados via medicação; no luto há um “objeto” perdido, causa do sofrimento psíquico, para o qual o conforto não é encontrado pela via da medicação.

Do ponto de vista de Neimeyer (2002), a fase considerada inicial de evitação, a fuga da realidade é uma proteção ao sofrimento causado pela perda. Predomina um comportamento mais desorganizado, distraído, incapacitando o enlutado de tomar providências e de assumir alguma atividade concreta. A partir do enfrentamento dessa realidade inicial, a segunda fase de assimilação é possível. Caracterizada pela angústia da perda, sensação de presença e ausência do ente querido, é acompanhada de muita tristeza. A dissipação da angústia e da tensão, pertinentes da fase anterior, cujos mecanismos de proteção e questionamentos cedem espaço para a aceitação e a resignação, oferecem passagem para a acomodação da perda e em consequência o começo do seu real entendimento. É comum os questionamentos sobre sua própria identidade como: o que vai ser da minha vida agora? não sou mais a mesma pessoa, então agora depois de tudo o que sou eu? se intensificam e oferecem a verdadeira dimensão do que foi perdido.

Nessa posição, o enlutado é defrontado com o “mundo presumido” Parkes, (1998). Com a decadência dos projetos e projeções de futuro, a vida é reconsiderada. Ainda que, um entorpecimento inicial, caracterizado por mecanismos de negação, seguido pela saudade e a busca do outro, seja natural, a desorganização e o desespero pela inviabilidade do reencontro com o ente querido, são considerados concernentes ao movimento de reconstrução.

A restituição da vida, é para Worden (2013), um percurso oscilatório. Vem acompanhado de um trabalho intenso, permeado de instabilidades congruentes à elaboração. O cumprimento das tarefas de aceitação, vivência real da dor, adaptação à nova realidade e a recolocação do lugar do ente querido, sugerem um cenário favorável para a finalização do luto. Obstáculos vivenciados no decorrer, logram indicadores para um desfecho patológico, denominado de luto complicado.

Inicialmente a aceitação da perda está em aferir a impossibilidade de um reencontro concreto com o falecido. Atravessado pela dor da perda, é fundamental que seja vivida e processada integralmente. Rendido à nova realidade, adapta-se a ela. Essas mudanças se apresentam nos diferentes níveis: externos - cotidiano,

internos – mudanças pessoais, espirituais – reconfiguração de valores. No intuito de seguir em frente, a pessoa falecida é recolocada na vida do enlutado. O que não significa esquecimento, mas a capacidade de manter a pessoa amada dentro de um período especial, na qual ela participou da vida do enlutado. Desse modo é possível seguir a vida, aberto a novas relações e com a capacidade de vincular-se novamente a outras pessoas.

O luto apresentado como uma forma global de abordagem das perdas, reflete nossos valores, relações e modos de estabelecer conexões com o mundo e as pessoas. O modo de viver o luto diz de como o indivíduo vivencia as perdas inerentes ao processo de desenvolvimento. Compreendido como um curso inerente à vida em todas as suas dimensões, diz respeito ao desenvolvimento e aos ciclos que se finalizam. Esse ciclo de perdas, sensação de falta de sentido, a busca por novos horizontes, incide em todas as fases e circunstâncias da vida. As perdas, em seus diferentes níveis, fazem parte da vida humana. Em cada perda um novo emergindo, podemos então dizer que, a cada perda um recriar-se, um reencontra-se com novas roupagens, com uma identidade em reconstrução. Sempre de novo “quem sou eu?” comparece como questão.

Entre as mais diversas definições, várias autoras expõem o que há de mais “visceral” na palavra luto. São experiências que ultrapassam as possibilidades de conforto. A propósito, até mesmo a ideia de que haveria algo que poderia suprimir a dor da perda. Adichie (2021) define o luto como:

[...] uma forma cruel de aprendizado. Você aprende como ele pode ser pouco suave, raivoso. Aprende como os pêsames podem soar rasos. Aprende quanto do luto tem a ver com palavras, com a derrota das palavras e com a busca das palavras (2021, p. 3).

Como podemos observar, a autora citada condena costumes socioculturais encontrados nos modos de amparo a enlutados que não procedem com a dor sentida pelo enlutado. O que denuncia uma sociedade intolerante ao sofrimento, premida pela urgência do retorno ao bem-estar físico e mental.



## 2.2 Considerações sobre a elaboração do luto

A elaboração do luto consiste em trabalho psíquico intenso e importante para que a vida possa seguir seu fluxo. Para Freud (1972 [1915]), esse é um período de redirecionamento da “energia libidinal” para outro objeto de amor. No decurso dessa elaboração, a aceitação da realidade que se impõe, é para o psicanalista, condição para que tal energia, pulsante e vivaz encontre uma nova direção. Considerado um processo natural frente a perda, intercorrências em seu curso, são fatores complicadores para a superação dessa difícil travessia.

É esperado que o enlutado, ora organizado, atravesse um período de desorganização, seguido com a reorganização da vida. Obstáculos encontrados nessa passagem, são possíveis indicadores de um luto “crônico”. O que determina o sucesso de elaboração são as primeiras relações estabelecidas com a figura materna. A capacidade de separação experimentada no início da vida, são revividos em novos eventos de perdas. De acordo com essas experiências iniciais, o enlutado pode “fixar-se” em alguma fase do processo de luto. O Apego seguro, conceito desenvolvido por Bowlby apud (PARKES, 1998), é fundamental para todas as relações e imprime a direção no enfrentamento de perdas de qualquer ordem, desde perdas por morte até mesmo as simbólicas como como as passagens do desenvolvimento humano, perdas físicas, perda de objetos.

Os modelos de apego desenvolvidos por Bowlby (1981,1994) *et al.* (FRANCO, 2021), teorizam sobre vínculos humanos aprendidos desde a primeira infância com as figuras de apego, o que pode ser demonstrado nas palavras de uma pessoa enlutada:

Eu fui criada pela mãe e os avós. A mãe não era presente. As demonstrações afetivas do meu marido eram algo muito novo para mim. Eu não era acostumada a receber carinho. Era cuidada pelos avós, tinha muita convivência com meninos. A mãe batia muito em mim. Minha infância e adolescência foram conturbadas. (N.)

Experiências vinculares atuais, sobrepostas da primeira infância, podem revelar no luto, antigos sentimentos de desamparo, abalando-se uma sustentação egóica.

Em conformidade com a formação desse vínculo, o sujeito assumirá uma atitude positiva ou negativa frente a vida, denominado por Franco (2021) de

“modelos operativos internos positivos ou modelos internos negativos”. Apontados como padrões de vinculação desenvolvidos ao longo da vida, oferecem recursos importantes no enfrentamento do luto. Para a autora, identificar os modelos operativos internos e a forma de vinculação do enlutado é como um “farol” em meio à tormenta, que é a experiência do luto. Em vista da construção de novas relações, tais modelos de apego e de vinculação, são fundamentais no processo de elaboração.

O apego emocional inseguro pode ter relação com aspectos muito primitivos frente a iminência ou efetivação de uma perda, seja por morte ou de outra natureza. É o que podemos observar na descrição do observado de uma mãe enlutada pela perda do seu bebê que experimenta profundamente o desamparo em suas relações como podemos acompanhar no seguinte relato:

As filhas reclamaram do pai que sempre tem reunião. Minha filha me falou como eu consigo ficar numa relação assim. E me perguntou por que eu não me separo, se é por causa da questão financeira? Disse a ela que era por causa da questão psicológica. Me sinto segura quando ele está dentro de casa. Sou uma pessoa muito insegura (L.)

O entendimento do tipo de vínculo que o enlutado estabelece com as pessoas do seu entorno está estreitamente relacionado com o significado desse, estabelecido com a pessoa que se perdeu. Na possibilidade de interação com o bebê natimorto, conforme experiência da mãe acima citada, tal experiência confere um significado ainda a ser desvendado.

A compreensão cognitiva e afetiva, atribui ao luto um estágio elementar na aceitação da perda, mecanismos de defesa cedem espaço para sentimentos, por vezes, avassaladores, mesmo antes não conhecidos. Como expresseo nas palavras de Chimamanda Adichie:

Minha raiva me assusta, meu medo me assusta, e em algum lugar há também vergonha: por que estou sentindo tanta raiva e tanto medo? Tenho medo de ir para a cama e acordar; tenho medo do amanhã e de todos os amanhãs que virão depois (ADICHIE, 2021, p. 21).

O sentido de normalidade no retorno à rotina é considerado um fenômeno, cujos movimentos paradoxais entre o enlutado e seus familiares/amigos, dizem respeito ao contexto social e diferentes significados em que se insere a perda.

Sentimentos de estranhamento podem ser observados: “[...] como é possível o mundo seguir adiante, inspirar e expirar de modo idêntico, enquanto dentro da minha alma tudo se desintegrou de forma permanente?” (ADICHIE, 2021, p. 21)

Na análise do discurso sobre o luto, dois padrões são identificados: de um lado o “instrumental”, supondo o entendimento cognitivo da perda, a repressão dos sentimentos e o curso da cotidianidade. Do outro, o “intuitivo”, com intensa expressão de sentimentos e claras expressões de afeto e emoção (NIEMEYER, 2002). Segundo Pereira; Pires (2018), a cultura desempenha um lugar importante na elaboração do luto. Sugere que enlutados do gênero masculino estão propensos a se utilizar de mecanismos de racionalização, adaptando-se a exigências sociais e culturais. Desde muito cedo, o menino aprende que “homem não chora”, atribuindo-se a essa condição um sentimento de fraqueza. Ainda que, de regra, seja encontrado no gênero masculino, tal padrão não está necessariamente condicionado, podendo ser visto no gênero feminino.

Também Parkes (1998), confere importância aos fatores sociais, pois considera que o apoio social ajuda a realizar a perda. A presença de familiares e amigos nos rituais fúnebres, auxiliam o enlutado na elaboração. Visto que, o contexto de restrição social, na pandemia por COVID19, ocasionou o empobrecimento de rituais e dos atos fúnebres, tais condições resultaram, supostamente, quadros de prolongamento na “realização da perda”.

O trabalho de luto é um investimento emocional, processo pessoal ativo. A peculiaridade desse momento está vinculada à estruturação psíquica de cada sujeito, o modo como se relaciona com o mundo. A construção da identidade pessoal se estabelece em torno do ente querido. A perda desmobiliza a estabilidade identitária, onde o enlutado se questiona a respeito de si mesmo, buscando reconhecer-se socialmente para além da relação com o ente querido, especialmente no caso de viuvez.

Worden (2013), sugere que a extensão cronológica do luto dependerá dos “mediadores do luto”, como o contexto da perda, os significados do ente querido... É um tempo de muita delicadeza e de sentir o impacto em si. A partir da quarta tarefa a conexão com o ente querido passa a ser duradoura. O mundo social é reconstruído e o nascimento de uma vida nova poderá despontar. É um tempo de melhores condições de lidar com as dores que ainda emergem em determinados momentos.

Considerando-se um processo natural, é esperado que pessoas enlutadas atravessem esse momento, tendo como desfecho a reconstrução. Dado o contexto social e cultural do nosso tempo, em que as relações são cada vez mais individualistas, pouco comunitárias e a organização social capitalista, cada vez mais a sociedade delega aos profissionais da saúde uma escuta especializada, mesmo quando o luto tende a seguir seu curso natural. Entretanto, não se contesta que lutos necessitam de uma intervenção especializada, quando este sinaliza uma patologia.

Diante de sentimentos avassaladores o uso de medicação não é recomendado como primeira opção, mas o apoio social é de extrema importância no apoio ao enlutado. O uso da medicação, seguida do velório, tem como objetivo o alívio do sofrimento. Entende-se a função da medicação como um possível entorpecimento, que poderá postergar uma dor que precisa ser vivida e acolhida. O avanço da medicalização como prática na superação do sofrimento, que está na ordem do insuportável, está em grande medida à serviço das preocupações de terceiros. Como é difícil ver alguém sofrendo e suportar o sofrimento! Os envolvidos, muitas vezes, se deparam com sua própria vulnerabilidade quando confrontados e desafiados a serem sustentação emocional em momento de profundo sofrimento de um familiar ou amigo. O que acaba resultando no afastamento ou “anestesiamento” da dor. Há poucas décadas, familiares, amigos e comunidades inteiras eram “guaridas” em grandes velórios e presenças de amparo logo após a perda. O que está sendo cada vez mais difícil de acontecer ao ritmo da sociedade em geral, que têm uma urgência na retomada da rotina. Assim expressa uma jovem mulher que retorna ao trabalho do Uber e compartilha sua dor pela morte brusca e recente da sua mãe: “estou meio lenta, mas preciso voltar a trabalhar. Ainda dói muito e sinto sua falta” (I.).

Segundo Niemeyer (2002), é indicado a ajuda profissional quando há manifestações de sentimentos suicidas, culpa, raiva incontrolada, peso no peito, depressão, abuso de substâncias, e intenso sofrimento. Essas manifestações poderão ocorrer tanto em perdas por morte como também em perdas simbólicas, indicando que o luto tende a se complicar, necessitando, nesse caso, de uma intervenção terapêutica e medicamentosa desde o início.

É comum que nesses casos o enlutado tenha “desejo de morte” para estar novamente perto do ente querido, o que não necessariamente está relacionado ao uma tentativa de suicídio. “Gostaria de morrer para estar junto do meu pai” (I.).

Como também, sendo fator de risco, necessita de atenção, conforme podemos observar no relato de uma mulher enlutada pela perda do marido:

Tenho vontade de virar pó. Para mim morrer não faria diferença. Não tenho coragem de me tirar a vida, porque a religião não permite que eu faça isso. Se eu fizer, eu não vou me encontrar com o R. na Vida eterna. Se um acidente me levasse a vida tiraria essa dor, essa angústia. (N.)

Perdas imateriais são considerados os ciclos de vida, onde ocorrem as mudanças próprias do desenvolvimento humano, bem como o fechamento de outras etapas, mudanças de empregos, a aposentadoria como um período crucial de reorganização. Muitas vezes, situações como essas são vivenciadas no silêncio. Evitar falar sobre algo, sinaliza um mecanismo de proteção do próprio sujeito enlutado. A saída dos filhos de casa pode representar um evento traumático, como o expresso nas palavras a seguir: “[...] sempre convivemos até o momento em que o filho mais novo foi para o exterior. Sabíamos que isso iria acontecer, mas nos pegou de surpresa em pleno tempo de pandemia [...]” O distanciamento social agrava os sintomas próprios do luto reforçando sentimentos de solidão e desamparo, como podemos conferir no que advém: “[...] me preocupa a idade, estou com 63 anos. Me sinto sozinho, distanciado dos amigos. Não posso nada. Dias atrás nem conseguia falar [...]”

Ainda que a saída dos filhos de casa seja algo natural e premeditado pelos pais, pode revelar-se avassalador. Defrontado com o vazio, a solidão, sua própria finitude, o sujeito são desafiado a reinvestir em outros projetos que lhe confirmam sentido.

### 3 METODOLOGIA

O presente estudo propõe-se metodologicamente um estudo de caso psicanalítico de cunho qualitativo, onde observações de atendimentos realizadas a enlutados ao longo da pandemia num período de um ano, oferecem subsídios que elucidam o processo de luto com perdas por morte de um ente querido ou mesmo perdas por circunstâncias diversas como são as consideradas perdas simbólicas. Tratando-se de percursos terapêuticos, somam-se a estes, experiências que suplantam o observado, em virtude de transformarem quem observa. Nesse sentido, o testemunho a percursos de elaborações de luto é uma experiência importante para o confronto com as perdas pessoais e ressignificações em todos os sentidos da existência.

Quaresma (2013), sinaliza para a importância do pesquisador em relação ao material observado, pois revestido de conteúdo psíquico por parte do observador e de quem escuta, passa invariavelmente por uma interpretação pessoal. Acredita-se que o cenário observado, assim como a escuta, afeta quem está no campo de observação. De acordo com a autora, “com base no observado e escutado durante a pesquisa, se constrói uma narrativa pessoal que, por fim, acaba sendo o “caso”, ou seja, o caso do(a) pesquisador(a).” Considerando tal premissa, podemos inferir que os recortes apresentados passam por uma ordem de significados de quem observa, escuta e escreve, misturando-se a vida do observador com o observado. O que confere ao caso em estudo, particularidade. Cabe ressaltar que a observação serve como instrumento para o acesso a informações, a compreensão da realidade e do processo dos indivíduos no campo observacional. Além disso, possibilita observar uma sessão terapêutica, especificamente o itinerário de uma sessão de terapia de luto, o estabelecimento de uma relação da prática com teoria, que naturalmente confere um aprendizado único. A técnica de observação, implica sensibilidade, atenção a nuances que aparecem na realidade que se apresenta, para que os elementos detectados estejam em consonância com o que se apresenta nas sessões. Nela o observador não somente observa, mas ao inserir-se no campo, aprofunda conceitos, estabelece relações, está como aprendiz e gera uma ação efetiva. Os impactos gerados no observador são de grande valor, sendo comparados aos seus próprios lutos, seja por morte ou de outra ordem como é o luto simbólico.

#### 4 ALGUMAS OBSERVAÇÕES SOBRE O LUTO: A CLÍNICA EM CENA

O trabalho do luto é individual e seu desdobramento acontece segundo os vínculos estabelecidos desde a infância.

Como nos apresenta Bowlby (1998), o ser humano necessita de vínculos seguros para sobreviver aos desafios do seu ambiente. Estes permitem que o bebê se sinta amparado para explorar o mundo em sua volta. A autonomia que daí se desenvolve favorece sentimentos de confiança em suas relações e adaptação às regras sociais. Vínculos inseguros, abalados por negligência e desamparo, geram impactos na perda por morte, em que o enlutado torna a se perguntar com quem pode contar? O que pode ser verificado na descrição do relato observado de uma mãe enlutada pela perda do filho: “Dá-se conta de que não tem ninguém por perto. Ela poderia passar mal e não tem a quem chamar, isso a assusta.” (J.)

Para Bowlby (1998), o tipo de apego estabelecido desde a mais tenra idade, aponta para reações semelhantes na vida adulta. Movimentos de protesto diante da ausência das figuras de apego, representados pela mãe ou outras referências de cuidado, são comuns em bebês que experimentam a sua ausência. Seu protesto se dá no choro reivindicativo para chamar a sua mãe. O sentimento de frustração nessa tentativa cede espaço à resignação e ao recolhimento interno, por não alcançar seus objetivos. O autor infere que no luto o choro é o protesto ante a perda, equivalente ao choro da criança que, ao reivindicar a presença do objeto, encontra dificuldades em adaptar-se ao novo. Semelhante protesto de choro e de busca acontece na perda de uma pessoa amada na vida adulta. Análoga procura, é apontada por Lorenz et al (PARKES, 1998), ao “vôo do ganso” que percorre longas distâncias em busca da sua companheira que se perdeu.

Se de um lado a ausência causa sofrimento psíquico, equivalente a isso uma presença intrusiva ou a dependência emocional, como é a “relação simbiótica”, pode levar o enlutado a uma sobrecarga emocional que dificulta o trabalho de luto. A alternância entre presença e ausência, favorece a “catexização da energia pulsional”, tão importante no trabalho de luto! Como pode ser acompanhado na descrição do relato sobre a relação de uma mãe com sua filha que perdeu o seu filho em acidente:

A mãe de J. absorve muito ao longo do dia, pede o tempo todo pela filha enlutada. Segue dizendo que a mãe faz contato para falar da dor dela. J. não quer saber da dor da mãe, porque ela se sente pressionada a ter que falar dela mesma, sobre seus sentimentos. Reclama do tipo de conforto que a mãe oferece. Refere que a mãe lida com o luto dela cuidando da J., sobrecarregando-a com a sua presença. De acordo com J., ela não está legal. Diz que a mãe está querendo fazer agora o que não fez a 15 anos atrás. Se sente controlada e sufocada pela mãe. Acha que a mãe não quer que ela se sinta sozinha e que talvez a mãe se sinta culpada por ter ido embora quando ela tinha 15 anos. (J)

Assim como o excesso da presença de pessoas consideradas importantes no desenvolvimento pode tornar-se invasivo, a experiência delas em momentos pontuais pode ser também fator importante para mudanças nas relações. Parece haver uma sobreposição de sentimentos, em que sentimentos alicerçados sob apegos inseguros podem sobrepujar-se a partir de experiências atuais significativas, sendo estas favoráveis para a elaboração do luto, como podemos verificar no caso de uma mãe que, ao dar à luz um bebê natimorto foi confortada pelo pai com o qual mantinha uma relação conflituosa, como podemos acompanhar no que foi descrito no seguinte relato:

Ela não entendia como o pai podia a maltratar tanto. Hoje se dá bem com ele. Ela acordou de manhã e a bebê não se mexia mais. A primeira pessoa que ela enxergou no hospital depois da Cesária foi o pai que disse a ela que ela tinha que ser forte. Ela não entendeu muito. Ela diz que a filha (natimorta) veio para dizer para ela que as coisas não são do jeito como a gente quer. A bebê morreu no dia do aniversário do pai/vô. Ela o perdoou e passou a conviver com o pai e visitá-lo. Diz ter “virado a chave”, que não sabe nem explicar. (L)

Sentimentos de abandono podem ser experimentados como castigo diante do pouco esforço no cuidado ao falecido, acompanhado também de culpa, como já citado. Também sentimentos de onipotência fazem com que questionamentos em relação ao que poderia ter sido feito para evitar a morte, corroboram ainda mais para o sentimento de culpa, conforme podemos constatar na experiência da viúva enlutada pela morte do filho com deficiência física, como podemos acompanhar na descrição do relato:



Reconhece que ele era lindo por dentro. Se pergunta se ela não deu o suficiente para ele, para merecer isso? Se pergunta se demonstrou o suficiente esse amor. (N.)

Em outras situações como a pandemia, a assustadora ameaça da morte coloca o sujeito frente a impotência pelas circunstâncias limitadoras do tratamento. A culpa oriunda dessa experiência é avassaladora, como podemos acompanhar na descrição do relato da viúva que perdeu o marido por COVID 19 após acompanhar seu agravamento em casa e a rápida perda após sua internação:

Se sente culpada por ter visto que o marido estava mal e não levou ele antes ao hospital. Sente que não se preocupou enquanto ele estava em casa. Ela acha que poderia ter evitado nos últimos dias do hospital. (N.)

Lutos não elaborados desde as perdas iniciais na infância poderão ser reatualizados, repetindo-se como “sombras” do passado que no presente buscam elaboração. A partir da experiência do nascimento do filho de uma mãe que perdeu seu pai aos 2 anos de idade, postula-se que o nascimento do bebê possa tornar presente uma remota possibilidade de sentimento de culpa pela morte do pai. O que podemos acompanhar na descrição do relato de uma mãe:

Nasceu o bebê da C. Não chorou ao nascer. Não quer dar bico ao bebê, pois tem receio que ele não queira mais o seio dela. Sentiu ciúmes ao perder o espaço dela quando o marido conseguiu acalmar o bebê. Tem a ver com a sua vulnerabilidade, em talvez o bebê não gostar dela, de não ser suficiente ao bebê. Há um misto entre a alegria e o medo do compromisso eterno de cuidar. A vida muda, a rotina muda. É comum que as mulheres no Puerpério tenham medo de não gostar dos bebês. Ficar atenta às questões de que o bebê goste mais do pai do que dela. É possível comparar os afetos? Os filhos têm afinidades, e às vezes se identificam mais com um que com outro. Pode ser que C. tenha medo de que o bebê não goste dela, o que pode estar associado ao fato de ela ter sentido culpa pela perda do pai. (L.)

Perdas não elaboradas na infância retornam na vida adulta em forma de sintomas de abandono. Independentemente da fase de vida em que se dão as perdas, ela ocasiona perguntas em relação à pessoa falecida. A maneira pela qual a criança elabora, desde os primeiros meses de vida, é pela palavra de uma pessoa adulta que a informa sobre a morte. O trabalho de elaboração com crianças muito pequenas consiste em evitar que em seu “pensamento mágico” tenham a ideia de serem causadoras do desaparecimento da pessoa falecida. Muitos adultos se

omitem em expor claramente essa realidade, supondo que a criança não é capaz de entender. Entretanto, mesmo que ainda não se utilize da fala, suas manifestações de pesar podem aparecer em forma de choros e resmungos. Posteriormente, na vida adulta os sintomas aparecem nos relacionamentos como podemos observar na mãe que deu à luz um bebê, sendo que teve a perda do pai com aproximadamente 2 anos. Essa perda tornou-se um evento silenciado e “nebuloso” desde a infância. A ausência de acesso a informações sobre a causa e as circunstâncias da morte do pai podem provocar sentimento de culpa e abandono. Sentimentos equivalentes podem ser reeditados na relação mãe/bebê, com sentimento de insegurança em relação às pessoas de apego como podemos verificar na descrição do relato de uma mãe que teve perda do pai ainda na primeira infância:

C. perdeu o pai muito bebê, e está vivendo uma gravidez. É importante que ela saiba que nem todos os homens somem com o nascimento de um bebê, uma vez que a paciente está insegura frente a relação com o marido com a chegada do filho. (C.)

O luto desencadeia uma dinâmica de retomada na maneira pela qual o enlutado se relaciona, na grande maioria dos seus relacionamentos afetivos, seja nas amizades, nos laços amorosos e ou familiares, o que pode ser verificado na descrição do relato de uma jovem que teve a perda da mãe:

I. em seu relato expressa: “Eu sou muito carente. Talvez por não ter uma relação de afeto com o irmão, pai ter ido cedo embora, e a mãe também não ter sido a melhor.” (sic) N. refere que a mãe sempre foi carinhosa com as amigas e mantinha um círculo grande de amigas. Teve três relacionamentos onde foi sempre muito dependente e carente (associado com sua relação com o pai). Na última relação já era diferente, pois já era mais adulta. Primeira relação aos 18 anos, 1 ano e meio – relação tóxica, abusiva... de tal modo traumatizante para N. que encontrou dificuldades em seus relacionamentos posteriores. Na primeira relação ela se afastou mais das pessoas. Na última relação não repetiu isso. Quer poder se relacionar novamente depois de se curar dessa dor, quando se sentir mais pronta e aberta para uma relação. Se sentiu mais viva e bem consigo mesma ao se relacionar novamente, voltando a viver. (I.)

Para Parkes (1998), o tipo de apego apontado por Bowlby, revela que enlutados que tiveram um apego inseguro na infância e dificuldade na separação com a figura materna vivenciam grande desamparo, revelando-se uma predisposição para a depressão e a ideação suicida como alternativa para terminar

com a dor da perda. Podemos verificar essa condição na descrição do relato de uma pessoa que teve a perda do marido por COVID 19:

N. tenta não demonstrar às pessoas que não está bem. Já pensou em se matar. Tem pensado nisso com uma certa frequência. Às vezes, uma pequena mensagem desencadeia uma certa emoção. Se sente mal em dividir o que sente. Tentou acompanhamento com outras pessoas e sente dificuldades de se expressar e de falar sobre os sentimentos. Isso já era antes da perda. Chora sozinha no banheiro, tranca-se no quarto para não ver ninguém. Busca orar para não cometer suicídio, porque sendo evangélica sabe que não poderá encontrar o marido em outro plano. Refere que seria bom se isso acontecesse sem querer, sem que ela precisasse cometer algo contra si mesma, no caso suicídio. (N.)

As circunstâncias em que ocorreu a morte são denominadas por Worden (2013) de mediadores do luto. Entre eles, a morte por acidente ou violência, são formas traumáticas que agregam condições complicadores na elaboração do luto, acompanhado do medo em reviver o trauma em novas situações, como podemos acompanhar na descrição do relato de uma mãe que teve seu filho morto por assassinato:

M. chora desesperadamente ao iniciar a sessão. A supervisora dos estagiários intervém para acalmar a paciente. Pede que ela mostre uma foto do filho aos terapeutas para poder falar sobre ele. O terapeuta situa para que serve esse momento de atendimento ao luto que é falar dessa história que se construiu com o filho. Quando engravidou com 17 anos, se considerava ingênua por ter pouca orientação sexual em sua adolescência. Refere que o filho sempre foi responsável – frequentou o programa “jovem aprendiz” como marceneiro. Sempre trabalhou... Iniciou o curso de graduação e seria o primeiro da família a se formar. Expressa que o que dói é que a vida dele iria apenas começar. Diz não poder mais... Não sente mais prazer em nada, está sobrevivendo. (M.)

O horror do trauma vivido por mortes trágicas reaparece por meio de imagens intrusivas que marcam a cena do encontro com o morto. A experiência do estilhaçamento da imagem do filho jogado ao chão compõe a cena traumática da violência, como pode ser acompanhado na descrição do relato da mãe em luto:

L. refere que no início era bem intenso lembrar de detalhes. Agora em que memórias na forma de “Flashes” retornam, ela consegue tentar não pensar e busca se distrair. Até então têm conseguido fazer isso, mas essa semana foi forte a emoção. As memórias que marcaram foi o momento de ter sido chamada no portão. E presenciar a cena dele estirado no chão quase já sem vida. (L.)

Parkes (1998), aponta a importância dos rituais fúnebres para a concretização da morte, mas ressalta que estes sejam bem conduzidos para que lembranças confortadoras possam substituir outras mais difíceis de serem lembradas. O autor, presume que, apesar da difícil tarefa de presenciar um corpo mutilado no caixão, ainda assim, é importante que o enlutado possa ver o corpo do falecido. Pois em suas pesquisas verificou que, em geral, o ritual fúnebre pode suprimir, em parte, a dor da lembrança do corpo. A mãe que encontra seu filho em um cenário dramático, pôde presenciar uma outra cena que, de certa maneira a conforta como podemos verificar na descrição do relato da mãe:

L. conta sobre o dia do velório ao ver o filho no caixão e expressa: “No caixão estava bonito e fardado. Exatamente do jeito como ele era. (L)”

Nesses eventos, como já citado, a morte por violência, gera preocupações com relação aos demais filhos, podendo parecer excessivas. Quem viveu a dor da perda de forma tão horrenda, sente receio de vivê-la novamente. Cenas como essas podem repercutir por alguns dias como podemos acompanhar na descrição do relato da mãe:

L. relata que quando o filho foi assassinado ela teria escutado ele falar “Mãe”. Ela fica sempre em estado de alerta, ligada e preocupada que algo do gênero possa se repetir com o outro filho. Têm uma grande preocupação com ele, pois pensa que poderá acontecer algo com ele também. Diz ter um pensamento ruim. Ela chegou a falar sobre isso para ele, mas ele reagiu bruscamente com ela. (L.)

Segundo Parkes (1998), eventos estressores, como são os de mortes trágicas, desencadeiam no enlutado um estado de atenção e vigília, próprio dos “animais” quando em “luta e fuga”, onde sintomas físicos de palpitação, sudorese e contração de músculos, seguido de emoções, são respostas para a tentativa de enfrentamento em situação de tensão extrema. Dadas as condições do luto, o autor sinaliza para a importância de se observar que tais sintomas podem se estender por um longo tempo, sendo estes até mesmo motivos de preocupação médica, uma vez que podem desencadear sintomas físicos graves.

É comum que, em perdas por morte, a atenção esteja voltada para os pais que perderam o filho, o cônjuge que perdeu o marido/esposa ou aos filhos que perderam os pais. Casellato (2020), sinaliza para o cuidado que os irmãos também

dispensam, visto que se encontram enlutados. O luto dos filhos poderá passar despercebido pelos pais que, envoltos em sua dor, não conseguem dispor da sua atenção aos filhos. Para tanto, o amparo de terceiros é fundamental no reconhecimento do luto dos filhos como podemos observar na descrição:

Ao mesmo tempo que pensa no filho morto, vem à mente a filha. Há uma preocupação em não sentir para não atrapalhar o outro. A filha veio para ela e disse que não quer ver a mãe triste por aí. No entanto, a mãe refere que não é forte o tempo todo. Mas a própria filha também se pegou em algum momento triste. Ao mesmo tempo em que não deseja mostrar-se triste, que mensagem passaria para a filha de uma mãe que não se frustra e não fica triste? (A.)

Da mesma forma, seguir em frente encontra significados diferentes para cada enlutado do sistema familiar. L. perdeu o marido e o filho com deficiência física, o último, dispensando cuidados cotidianos. Após recolhimento social em vista do luto, os filhos a recomendam conforme podemos observar descrição do relato de uma mãe que teve a perda do marido e recentemente a perda do filho com deficiência intelectual:

M. relata que os filhos teriam falado para ela que devia fazer o que o pai fazia quando vivo, que era sair e viajar, mas ela diz que não é bem assim. Não se sente motivada para isso. (M.)

Permitir o espaço do outro é importante para que sentimentos de tristeza possam ser vivenciados e respeitados. O compartilhamento da dor e da saudade passa pela possibilidade de expressão verbal e não verbal. Nem sempre algo de muito doloroso pode ser colocado em palavras, deixando margem ao silêncio. A expressão de sentimentos e a clareza dos pensamentos em relação à perda é fundamental para o restabelecimento do sistema. A ausência de comunicação dos sentimentos, silêncios prolongados podem ocasionar problemas que se interpõem na elaboração do luto (CARTER; MCGOLDRICK, 1995).

É o que podemos acompanhar na descrição do relato da mãe que perdeu o filho e revela o modo com que ela e o marido vivem o luto:

L. relata que o marido evitava tocar no assunto e de não chorar na frente dela. Ambos estavam evitando tocar no assunto. Enfatiza de que deseja esquecer esse episódio. Só o tempo pode ajudar a esquecer. Diz que sempre que se dirigia para o pátio da casa parecia que o menino que trouxe a notícia estaria chegando novamente. (L.)

O paradoxo entre o desejo de esquecimento e o comparecimento insistente de lembranças, tornam esse momento um pesadelo, o que pode ser encontrado na descrição do relato sobre experiência da filha enlutada:

Refere que não escolheu estar assim, que gostaria de estar bem e não com essa tristeza e falta de vontade de fazer as coisas. Não quer esquecer o que viveu junto com a mãe. (I.)

Chama atenção que mulheres costumam sentir a responsabilidade no ambiente familiar. O compromisso com tarefas, inclusive pela atmosfera emocional dentro de casa, mostra-se uma sobrecarga no luto. Podemos supor que esteja no inconsciente coletivo a ideia de que mulheres assumem a administração de seus lares. Se por um lado essa expectativa existe, de outro, há uma real demanda em viver o seu luto e a necessidade em receber o apoio devido em momentos de maior fragilidade. Não é tarefa de um único membro do grupo familiar assumir a responsabilidade do bem-estar da família. É imprescindível o apoio e a colaboração de todos, pois todos estão enlutados, como podemos verificar na descrição do relato:

L. falou sobre um evento familiar que ocorreu no final de semana. Trouxe a questão do seu mau humor como fator que interfere no seu relacionamento familiar. Sente melhoras nesse aspecto. Traz também a intensidade da sua rotina, pois iniciou um curso, sua filha necessita de apoio escolar constante. A filha é diagnosticada com Dislexia. Deseja mudar a rotina familiar e tenta envolver o marido nessas mudanças.

Sentimentos de inconformidade diante do ocorrido, levam o enlutado a questionar o mundo e a si mesmos sobre a morte do ente querido, culpabilizando, muitas vezes, profissionais da saúde, socorristas, a Deus e a si mesmo pela perda. O que pode ser verificado na descrição do relato de uma mãe enlutada: J. falou sobre o desespero da saudade e lança críticas à vida e a Deus do porquê isso aconteceu com ela.

O tempo do luto, considerado de assimilação e aceitação da realidade, requer um trabalho intenso, onde os mecanismos de defesa que trabalham contra a aceitação, gradualmente perdem força e cedem espaço para a vivência dos sentimentos de raiva. Os mecanismos de defesa empregados por Freud, são para a neurose, recursos utilizados pelo psiquismo para a proteção ao Ego. Em situações

de dor extrema como é a perda, as defesas, ou modos de enfrentamento estão relacionados para Parkes (1998), à dificuldade de aceitação da perda, comparada também a esse movimento de busca pelo outro. É comum que pais carreguem em si o desejo de terem ido no lugar deles, gerando-se uma inconformidade com a dor sentida, como é possível observar na descrição do relato da mãe: J. refere que sabe que precisa fazer algo e se pergunta se vai ficar nesse sofrimento o tempo todo?

A oscilação entre a tentativa de esquecimento, como evitação do sofrimento e a insistência das lembranças que estão nos dias festivos, nos acontecimentos importantes e nos objetos, tornam os primeiros tempos do luto uma verdadeira “gangorra”, entre a revivência do trauma da perda e a busca por superação. Esse movimento próprio do enlutado pode ser observado na descrição do relato de uma mãe enlutada:

L. teve crise de choro e saudades. Ela mesma se estranhou. Lembrou do filho, do dia do falecimento e da forma como aconteceu. Ela não queria que isso acontecesse, mas o choro foi incontrolável. O Facebook a lembrou do “dia dos filhos”. Relembrou a cena desde que um menino foi chamá-la no portão. Não quer mais lembrar o dia da morte do filho. (L.)

É natural que na perda do objeto amado, como já mencionado, o enlutado recorra a mecanismos para mantê-lo vivo a qualquer custo. Parkes (1998), aponta que a busca pelo falecido nas lembranças, dos acontecimentos e objetos estão a serviço da manutenção da presença da pessoa amada. É importante que, a seu tempo, o enlutado se desfaça dos seus pertences, mas quando achar oportuno, como podemos verificar na descrição do relato da mãe enlutada:

J. não quer fazer mudanças que não tenham algum significado. Ela quer que alguma mudança aconteça em sua vida. Diz que precisa seguir. O F. está em tudo. Ao fazer a comida, na brincadeira com o gato. Em casa, ela se sente perto dele. Ela não pretende mudar por mudar. Já conseguiu doar alguns brinquedos para o sobrinho porque sentiu que era hora.

Lembranças sinestésicas intrusivas podem sobrevir no enlutado, tornando-se presentes em seu cotidiano como também em seus sonhos. De acordo com Parkes (1998), pesquisas apontam que enlutados, encontram alívio e segurança ao conversarem com o ente querido, como também ao sentirem, de alguma forma, a sua presença ao escutarem uma música, olhar um álbum de fotografias, sentirem o

cheiro de algum perfume. Do contrário, enlutados que carecem de tais experiências estariam mais expostos a transtornos de sono como podemos verificar na descrição do relato de uma viúva enlutada:

N. refere que sonha muito com ele, que ele volta para casa, escuta ele a chamar. Se sente decepcionada por passar somente um sonho. De noite sente mais falta do marido. Quando chega de noite ela fica ansiosa, levanta-se várias vezes, não consegue dormir, não consegue parar de pensar... Chega a dormir 3 a 4 horas por noite. A cabeça fica trabalhando, fica pensando que ele poderia estar com ela. O que fazia antes com o marido não consegue fazer atualmente sozinha. Às vezes ela se anima a cuidar de si, se arruma, mas logo se sente feia. Se sente apoiada pelas pessoas do seu entorno, mas nada se compara ao cuidado do marido. (N.)

A experiência de reviver datas importantes, conforme já citado, na ausência do ente querido, são passíveis de dor e saudades. O primeiro ano de luto é um período de revivência de datas importantes em que, ausência e vazio, se fazem sentir intensamente, como refere uma enlutada que perdeu sua mãe: “Tudo é a primeira vez no início - a semana do falecimento... e chega também o mês de maio... e será inevitável, não sei como eu vou estar.” (I.)

Cada sujeito sobrevive ao luto a seu modo. Mesmo irmãos que perdem a mãe, o expressam de acordo com seus vínculos, significados e conflitos relacionados à pessoa falecida. Na descrição do relato a seguir podemos observar a dificuldade no entendimento da irmã sobre o modo do irmão viver o tempo do luto:

I. trouxe insistentemente a sua relação com o irmão e as dificuldades relacionadas às formas diferentes, entre ela e seu irmão, de viverem o luto. (I.)

Com a morte da mãe, os irmãos foram morar juntos em um apartamento, gerando-se um estranhamento entre eles, uma vez que ambas estavam em conflito com a mãe falecida e entre si, buscam um caminho alternativo de reorganização da vida que, passa acima de tudo, por reformulações internas em relação aos vínculos estabelecidos, o que podemos acompanhar na descrição do relato:

I. refere que não faz nada por si nem pelo irmão. “Eu o ignoro”. Não há conversa entre ela e o irmão. Acredita que ele também fica nostálgico. Perder uma pessoa é uma quebra de rotina, de tudo... Ela acredita que a forma dele lidar com isso é ignorando a situação. Gostaria de cuidar de si,



de fazer algo diferente, mas refere que: “Não tem como eu cobrar isso de mim. Eu já faço muito, eu trabalho, estudo. Todos os dias dói, dia mais e outros menos.” (sic) I. é muito instável... Diz merecer dias em que talvez não sofra. A vida vai seguir e sabe que a mãe quer que ela seja feliz e siga adiante. Diz estar numa fase do luto diferente do que estava há algum tempo atrás. Refere que merece ser feliz. Ela se apavora pensar no futuro, medo de não se realizar profissionalmente, não sabe se vai formar família. Ela sente que não terá a mãe do lado para se organizar na vida. Qualquer coisa que ela pense apavora porque não terá a mãe do lado. Vive a cada passo, o agora. Divide as contas com o irmão. (I.)

O estranhamento na rotina, desde rituais associados ao falecido, e até mesmo o círculo de amigos, passam por mudanças e seguem presentes por um longo tempo como podemos observar na descrição do relato da mãe que perdeu o filho:

J. refere que a geladeira ficou vazia. Agora não precisa mais comprar coisas de criança. Também tem as bolachas dele no armário. Segue dizendo que até rituais sociais em que círculos de amigos anteriormente importantes, perdem seu sentido. Refere que ficou mais abalada, quieta, olhando Netflix. Quer outro rumo e isso não está se efetivando. A expectativa é de um outro rumo, outra coisa. Ela quer que alguém tire ela da rotina, do normal... dá uma aliviada. Não quer tentar, não tem mais forças, perda da vida que tinha, do ciclo de pessoas. (J.)

Na tentativa de perpetuar lembranças boas em relação ao falecido, o enlutado costuma idealizar seus aspectos positivos, sendo as mesmas incentivadas pela sociedade. Na medida em que o enlutado avança no processo de elaboração, cenas reais aparecem em suas lembranças. É importante que na elaboração do luto ocorra uma aproximação da pessoa ideal com a real, podendo ser acolhidos sentimentos ambivalentes relacionados ao ente querido, podendo estes ser reconhecidos e expressos como podemos verificar na descrição do relato da filha que perdeu a sua mãe:

Considera a mãe muito “quadrada”, não dialogava, diz que era bem teimosa e cabeça dura, pensamento ultrapassado. Ela sente que esse é o exemplo que ela teve dentro de casa. Ela busca fazer diferente em sua relação com os outros, priorizando o diálogo. Tenta lembrar das coisas boas que ela teve com a mãe. Pensa todos os dias nela. Lembranças diversas: algumas doloridas, outras engraçadas e boas. (I.)

Frequentemente os enlutados se questionam se fizeram de tudo o que estava ao seu alcance para evitar a morte. E com frequência podem sentir-se culpados por não conseguirem evitar, por não ter amado mais, ou ter feito algo para o falecido. O que podemos acompanhar na descrição do relato de uma pessoa enlutada pela perda do marido:

N. se sente destruída, em luto e dor, mas não quer estar deitada numa cama e enfiada num buraco. Não sabe de onde tirar forças. Cada dia é um dia. O que seria cometer besteira: desistir de tudo, se culpar de ter sido uma filha ruim. Os sentimentos vêm na mesma intensidade do dia da morte da mãe, mas menos frequente. Tenta focar no trabalho e pensar em si. Diz que pede a Deus para perdoar ela. Tenta lembrar das coisas boas que ela teve com ela. Pensa todos os dias na mãe: lembranças diversas: algumas doloridas, outras engraçadas e boas. Chorou no mercado ao comprar um mamão porque a mãe comprava essa fruta, pois Ingrid gostava. Não consegue focar-se para cuidar de si (N.).

O encontro com desejos adormecidos retoma sua força e recebem espaço para novas experiências que antes estavam organizadas em torno do ente querido. É comum o estranhamento em relação a sua própria identidade, sendo que novos significados e projetos serão construídos. Defrontar-se com uma suposta liberdade perdida, pode parecer assustador e difícil de ser aceito como podemos acompanhar na descrição do relato da mãe enlutada:

J. vê que hoje ela pode tudo por não ter mais o filho perto. E para ela é assustador poder fazer tudo. Antes ela tinha filhos para sustentar. Ela diz que está se conhecendo melhor. E nos próximos dias ela vai decidir algumas coisas. Antes o F. era o foco do seu empenho, agora percebe que é possível fazer por ela e isso parece que está travando de dar novos passos. Se sente sem foco, não consegue colocar nada em prática. Não termina o que começa. (J.)

Do ponto de vista psicanalítico a identidade é a constituição do sujeito que se dá via interação com o objeto, ou seja, o outro representado nas figuras de cuidado desde a primeira infância. Com o nascimento, não se inscreve somente um corpo físico, como também um corpo psíquico formado pelo olhar e o toque do outro. Antes mesmo da existência de uma identidade, a alteridade é prerrogativa, uma vez que na relação com o outro, ela se constitui. É nessa relação com o outro narcísico que uma entrada na castração é possível, instituindo-se o complexo de Édipo. A “ação de assemelhar um ego a outro ego, em consequência do que o primeiro ego

se comporta como o segundo em determinados aspectos imita-o e, em certo sentido, assimila-o dentro de si” (FREUD, 1972[1932], p. 68) O outro se constrói na relação com o objeto externo, seja por uma idealização ou por desejo de sua apropriação. Freud postula que a escolha do objeto de amor é realizada sob uma base narcísica, cuja identificação com ele antecede essa escolha. (FREUD, 1972[1915], p. 255).

Como já citado, a perda leva o sujeito a mudanças e reformulações na própria identidade. Em situações de perda, em que a segurança e previsibilidade do futuro é abalada, reações de medo e retorno ao conhecido, é considerado natural para o ajustamento interno e externo do indivíduo, estratégias de enfrentamento são reorganizadas e o novo cenário é assimilado. O mundo conhecido, no qual o indivíduo transita com certa tranquilidade, é concernente a referências construídas ao longo da sua história de vida.

Solomon (2012 *apud* CASELLATO, 2020), considera que a construção da identidade se dá através de influências familiares, como fatores genéticos e raciais, cor e estatura, denominando-as de “identidade vertical”. Para além da identidade pessoal construída, da aceitação de si mesmo, do ambiente familiar que constitui o sujeito, outros fatores teriam relevância na vivência do luto. Valores culturais religiosos, grupos sociais, agregados socialmente ao indivíduo, são denominados pelo autor de “identidade horizontal”. Os últimos seriam razões para a marginalização e o não reconhecimento do luto, como o são as perdas de acordo com os grupos étnicos, homossexuais, como também as perdas simbólicas por amputação de membros do corpo, Pets, aposentadoria etc. O ambiente social como condição essencial para a elaboração do luto marginaliza determinados grupos da possibilidade de uma reorganização da sua identidade, dado que tampouco existe, em primeira instância, o seu reconhecimento e aceitação social.

As condições sociais para o reconhecimento do luto estariam para Franco (2021), associadas a uma capacidade empática, ou seja, a habilidade de colocar-se no lugar do outro em qualquer circunstância em que ocorre uma perda. A autora aponta para uma sociedade pós-moderna, cujas relações estão alicerçadas em vínculos rápidos e superficiais, contrapondo-se a uma relação profunda e sólida que requer tempo e dedicação. Refere também que, “[...] na cultura do desvincular-se fácil e rapidamente, do esquecimento, da não construção de uma memória, o não reconhecimento de um luto está próximo da não validação de relações dedicadas

que possibilitem tanto a empatia como a intimidade[...]” nesse mesmo sentido, o não reconhecido “[...] surge como um sintoma da pós-modernidade[...]” (p.87).

Visto que as experiências de luto podem ser das mais diversas, o distanciamento do mundo do trabalho, em que a reclusão em casa pode ser fator desencadeador de um luto com determinantes relacionados à conflitos com identidade, como pode ser verificado na descrição do relato sobre a experiência de uma mãe com perdas recorrentes:

N. se sente exausta, a filha quer mamar no peito. Ela não consegue se dar o direito de descansar. Não tomava banho sozinha, sempre a filha ao lado. Ainda não consegue descobrir o que gosta. [...] “não sei qual é o meu número da roupa, que cor prefiro... Gosta de chocolate...Qual é a minha identidade? Tenho que me descobrir como mulher [...] “abriu mão” de si mesma. Quer voltar a trabalhar. O marido não quer, mas ela está determinada. Ele não quer que a nenê vá para a creche. Ela é técnica de enfermagem e ela faz 9 anos que saiu. (N.)

É comum que mudanças no ciclo familiar impactem na vida familiar, sobretudo com a saída dos filhos de casa, provocando modificações significativas na reconfiguração familiar e causem um sentimento de abandono dos pais. O impacto dessas mudanças pode revelar-se verdadeiros lutos como pode ser observado na descrição do relato de uma pessoa aposentada, cujo filho saiu de casa no período da pandemia:

F. refere que sempre viveram juntos até o momento em que o filho saiu de casa. Eles estavam sabendo que isso iria acontecer, mas os pegou de surpresa em pleno tempo de pandemia. Agora menciona que está menos angustiado porque está tomando medicação. Está aguardando para ver o que vai acontecer. E se preocupa com a idade, está com 63 anos. Se sente sozinho, distanciado dos amigos. Não pode nada. Refere que uns dias atrás ele nem sequer conseguia falar. O filho chegou a suspender a viagem dias antes da viagem e depois viajou. (F.)

Segundo Carter e Mecgoldrick (1995), as perdas transgeracionais podem interferir no modo como a família enfrenta perdas atuais. Conforme uma perda passada foi vivenciada, a resposta familiar a uma perda atual pode ser problemática, dificultando a essas famílias seguirem adiante, afetando a resolução do luto atual. Visto que, é impossível reviver uma perda ocorrida com gerações passadas, uma forma de acessar essa experiência anterior é por meio da perda atual, possibilitando que se fale a respeito. Adichie, referindo-se ao seu pai falecido diz: “Ele me

presenteou com minha ancestralidade por meio de histórias muito bem-construídas” (2021, p. 47) Há um reconhecimento das raízes familiares, os valores construídos ao longo das gerações.

No luto a falta se faz sentir e a experiência avassaladora da concretização da perda, pode ser tamponada por outros dispositivos. O uso da medicação logo no início da perda, pode retardar a primeira fase do luto, porém, de acordo com as circunstâncias, ser necessária no enfrentamento da perda como podemos constatar na descrição do relato sobre a experiência de uma mãe enlutada:

J. teve que ir a J. pegar o corpo do filho. Ela diz estar meio que entorpecida. Parece que fugimos da realidade. Na hora de enterrar não expressou mais nada. O médico do posto de saúde receitou uma medicação para logo depois do enterro. Ela acha que era um diazepam que “apagou” ela. (J.)

Além da medicalização, o uso de outras substâncias, podem ser recursos utilizados no abrandamento da dor, como podemos observar na descrição do relato:

J. está bebendo todas as noites, vinho ou cerveja. Faz dois meses que não dorme na cama. Ela fica pensando muito quando está na cama e acaba adormecendo no sofá com a TV ligada. Ela fez uso de Rivotril depois do acidente. Ela sente que precisa de um suporte medicamentoso. Vai buscar atendimento psiquiátrico. (J.)

Ainda que não seja consciente o que se perdeu com a perda, é importante que, no processo de elaboração do luto, a pulsão se direcione a outros objetos. Para Lacan, esse direcionamento não encontra um destino definitivo, uma vez que a completude não pode ser alcançada, sendo ela parcial. No entanto, o ser humano está sempre enredado em investir sua energia psíquica em algo que lhe confira sentido. Talvez, o desejo de um novo relacionamento, um filho que “ocupe” o lugar do falecido, a retomada de projetos antigos, até mesmo a projeção de novos, revelado na descrição do relato da mãe enlutada:

J. Sente que agora precisa tomar decisões que são para a vida. Insiste que está ficando para trás em relação ao futuro. Se sente sem futuro porque não está fazendo nada agora para poder ter um futuro. Faz planos para o futuro: casar-se. Ela deseja morar em um sítio. Com o V. também seria um dia assim. Ele a fez se sentir confortável, fazer sorrir, ter vontade de fazer as coisas. Ela contou ao R. (novo namorado) sua história e disse a ele que não aceita menos que já teve. Ele teria dito que ela é incrível e que merece muito mais. Ela diz ter imposto as suas vontades. “Tem que ser perfeito, um tem que completar o outro. As qualidades superam os defeitos.” (J.)

O tempo de elaboração do luto tem como objetivo recolocar o falecido na vida do enlutado para que um novo enlace seja possível. Naturalmente esse é um processo lento, pois mudanças identitárias ocorrem. No intuito de amenizar a dor e o vazio, é possível que o enlutado busque no novo relacionamento características semelhantes às do companheiro anterior, seguindo com planos semelhantes, senão idênticos, que não foram alcançados com o companheiro anterior.

## 5 CONSIDERAÇÕES QUASE FINAIS

O luto é um processo natural em perdas de qualquer ordem, seja por morte e ou perdas simbólicas. Tendo em vista sua abrangência e atravessamento em todo o desenvolvimento humano, atinge a todos em algum momento da vida, exigindo sempre um intenso trabalho psíquico para sua elaboração. Múltiplos fatores interferem nesse processo, desde a constituição psíquica de cada sujeito, o ambiente familiar, religioso, cultural e social, assim como tantos outros apontados. Sua temática não se esgota nas abordagens realizadas ao longo deste estudo, pois perdas subjetivamente vivenciadas e simbolicamente ritualizadas são legítimas, devem encontrar espaço e tempo de elaboração. Nesse sentido, como já apontado, o aspecto social exerce um papel importante para um retorno a novas relações empáticas, em que as diferenças no “enlutar-se” sejam respeitadas, perdas validadas em suas mais diversas dimensões, sobretudo àquelas ainda pouco socialmente reconhecidas.

A pandemia subverteu todas as lógicas humanas, transgredindo tradições religiosas e culturais no modo de vivenciar os rituais fúnebres pelas restrições impostas pela COVID 19, remetendo-nos a ultrapassar antigos costumes e a adaptação a novos modelos para as despedidas dos entes queridos.

Com base no princípio fundamental para a elaboração de um luto como é o de concretização da perda a partir do ritual de despedida com a sucessão de passos importantes para a sua elaboração, postula-se que o distanciamento social em decorrência do contágio epidemiológico tenha prejudicado a sua elaboração.

Considerando-se os fatores preditores para a elaboração do luto, desenvolvidos ao longo deste estudo, sobretudo a importância dos rituais de despedida, recomenda-se que pesquisas posteriores sejam realizadas para que possíveis impactos na saúde mental em indivíduos que tiveram perdas por COVID 19, possam ser analisados.

## REFERÊNCIAS

- ADICHIE, C. N. **Notas sobre o luto**. Companhia das Letras, 2021. Disponível em: <https://cdl-static.s3-sa-east-1.amazonaws.com/trechos/9786559210695.pdf>. Acesso em: 27 out. 2022.
- BOWLBY, J. **Formação e rompimento dos laços afetivos**. 5. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2015.
- CARTER, B.; MCGOLDRICK, M. **As mudanças no ciclo de vida familiar**. 2. ed. Porto Alegre: Artes médicas, 1995.
- CASELLATO, G. *et al.* **Luto por perdas não legitimadas**. São Paulo: Summus, 2020.
- COELHO Jr. N. E. A noção de objeto na psicanálise freudiana. **Ágora: Estudos em Teoria Psicanalítica** [*on-line*], v. 4, n. 2., 2001. pp. 37-49. Acesso em: 6 set. 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1516-14982001000200003>. ISSN 1809-4414
- CORBANEZI, E. Sociedade do cansaço. **Tempo Social** [*on-line*], v. 30, n. 3, 2018. pp. 335-342. Disponível em: <https://doi.org/10.11606/0103-2070.ts.2018.141124>. Acesso em: 30 ago. 2022.
- CREPALDI, M. A. *et al.* Terminalidade, morte e luto na pandemia de COVID-19: demandas psicológicas emergentes e implicações práticas. **Estudos de Psicologia (Campinas)** [*on-line*], v. 37, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200090>. Acesso em: 30 ago. 2022. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200090>
- EDLER, S. **Luto e melancolia: à sombra do espetáculo**. São Paulo: Civilização Brasileira, 2008.
- FRANCO, M. P. **O luto no século 21: uma compreensão do fenômeno**. São Paulo: Editora Sammus, 2021.
- FREUD, S. Luto e Melancolia. (1917 [1915]). *In*: FREUD, S. **Edição Standard Brasileiras das Obras Completas de Sigmund Freud**. Rio de Janeiro: Imago, 1972.
- FREUD, S. Luto e Melancolia. *In*: FREUD, S. (1914 – [1915] 1916). **Edição Standard Brasileiras das Obras Completas de Sigmund Freud**. Rio de Janeiro: Imago, 1972. v. XIV.
- FREUD, S. Sobre o Narcisismo: uma introdução. *In*: FREUD, S. ([1914] -1916) **Edição Standard Brasileiras das Obras Completas de Sigmund Freud**. Rio de Janeiro: Imago, 1972. v. XIV.



KUBLER, R. E. **Sobre a morte e o morrer**. Rio de Janeiro: Editora Martins Fontes, 1985.

NEIMEYER, R. A. **Aprender de la perdida**. Um guia para afrontar el duelo. Ediciones PAIDÓS, 2002.

PARKES, C. M. **Luto**. Estudos sobre a perda na vida adulta. 3. ed. São Paulo: Summus, 1998.

PARKES, C. M. **Amor e perda, as raízes do luto**. São Paulo: Summus, 2009.

SILVA, D. Q. da. A pesquisa em psicanálise: o método de construção do caso psicanalítico. **Estud. psicanal.**, n. 39, 2013. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0100-34372013000100004&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-34372013000100004&lng=pt&nrm=iso). Acessos em: 30 ago. 2022.

WORDEN, J. W. **Aconselhamento do Luto e Terapia do Luto**. 4. ed. São Paulo: Editora Roca, 2013.