

EXPERIÊNCIAS DO LUTO NA PERSPECTIVA DE CÔNJUGES: REVISÃO INTEGRATIVA

**YASMIN BASTOS CARGNIN¹; JADE MAUSS DA GAMA²; JULIANA GRACIELA
VESTENA ZILLMER³; FRANCIELE ROBERTA CORDEIRO⁴**

¹*Universidade Federal de Pelotas – yasmintrii@yahoo.com.br*

²*Universidade Federal de Pelotas – jademaussdagama@gmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas – juzillmer@gmail.com*

⁴*Universidade Federal de Pelotas – franciele.cordeiro@ufpel.edu.br*

1. INTRODUÇÃO

A experiência do luto, apesar de humana e natural, pode estar associada a longos períodos de intenso sofrimento por parte dos enlutados, especialmente em indivíduos próximos ao falecido (BRISTOWE *et al.*, 2023). Ainda que a maioria das pessoas se adapte sem intervenção psicológica profissional, o luto acarreta no aumento da mortalidade dos enlutados, além de aumento significativo nas chances de agravamento de doença pré-existente e no surgimento de novas patologias (STROEBE; SCHUT; STROEBE, 2007).

No contexto da morte de um dos cônjuges, particularidades como a sexualidade e cultura dos enlutados podem acarretar em problemas físicos e mentais persistentes, ainda que esses indivíduos não tendam a acessar os serviços de saúde (BRISTOWE *et al.*, 2023). Tais experiências evidenciam a necessidade de atentar para cuidados preventivos nesses casos, assim como questionar a atuação na prática clínica (JOKSIMOVIC, 2023).

Dante do exposto, este trabalho tem como objetivo descrever as experiências de luto de mulheres e/ou homens após a morte de um cônjuge identificadas na literatura nacional e internacional.

2. METODOLOGIA

Revisão integrativa de literatura fundamentada em seis etapas: definição do tema e elaboração de uma pergunta central; adequação dos critérios para inclusão e exclusão dos resumos; categorização dos dados selecionados; análise e leitura crítica dos artigos incluídos; discussão e determinação dos resultados; e divulgação dos achados (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2019). A questão de pesquisa foi: quais as experiências de luto descritas na literatura nacional e internacional por mulheres e/ou homens após a perda de um cônjuge?

Os estudos foram identificados e selecionados nas bases de dados SCIELO, PsycINFO e Medline, utilizando os descritores DECS/MESH: luto/bereavement; cônjuges/spouses e morte/death, combinados com o operador booleano AND. Os critérios de inclusão foram: artigos originais, envolvendo mulheres e/ou homens enlutados pela morte de um cônjuge, com um limite temporal de cinco anos (2019 a 2023), escritos em inglês, português ou espanhol.

A busca inicial resultou em 1.197 documentos localizados. Posteriormente, os estudos foram transferidos para a plataforma Rayyan, onde foram removidas duplicatas, e-books e aqueles que não puderam ser acessados (117), resultando em 1.080 artigos remanescentes para avaliação com base em títulos e resumos. Após essa etapa de análise e discussão, foram selecionados 8 artigos que constituíram o conjunto de documentos para a revisão.

Os dados foram extraídos no aplicativo de gerenciamento de pesquisas do Google, organizados em planilha, analisados através de estatística descritiva e pela aproximação entre conteúdos apresentados em três categorias, na forma de síntese narrativa.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Em relação à caracterização dos estudos, os países destacados são Brasil, com 25% (n=2) (BARD; RODRIGUES, 2022; BATISTA *et al.*, 2019), assim como Dinamarca (KAMP *et al.*, 2019; KAMP *et al.*, 2020) e Estados Unidos (THOMPSON; KIM, 2023; FLORCZAK; LOCKIE, 2019).

Referente ao ano de publicação, 37,5% (n=3) eram de 2019 (BATISTA *et al.*, 2019; FLORCZAK; LOCKIE, 2019; KAMP *et al.*, 2019), 12,5% (n=1) de 2020 (KAMP *et al.*, 2020), 25% (n=2) de 2022 (BARD; RODRIGUES, 2022; JOKSIMOVIC, 2022) e 25% (n=2) de 2023 (BRISTOWE *et al.*, 2023; THOMPSON; KIM, 2023).

No que se refere a abordagem, 62,5% (n=5) dos estudos eram qualitativos (BATISTA *et al.*, 2019; BRISTOWE *et al.*, 2023; FLORCZAK; LOCKIE, 2019; JOKSIMOVIC, 2022; THOMPSON; KIM, 2023), 25% (n=2) eram quantitativos (KAMP *et al.*, 2019; KAMP *et al.*, 2020) e 12,5% (n=1) quantitativo-qualitativo (BARD; RODRIGUES, 2022).

Em relação aos participantes, 75% (n=6) foram realizados com viúvos e viúvas (BARD; RODRIGUES, 2022; BRISTOWE *et al.*, 2023; FLORCZAK; LOCKIE, 2019; JOKSIMOVIC, 2022; KAMP *et al.*, 2019; KAMP *et al.*, 2020), 12,5% (n=1) com viúvos (THOMPSON; KIM, 2023) e 12,5% (n=1) com viúvas (BATISTA *et al.*, 2019).

Experiências dos/das cônjuges enlutados

Os cônjuges enlutados no artigo de Bristowe *et al.* (2023) experimentaram contradições em relação ao apoio social após a perda, como o declínio no apoio que ampliava os seus sentimentos depressivos e de solidão, mas também os sentimentos de culpa ao se relacionar com outras pessoas por seguir a vida sem o cônjuge. Na comunidade LGBT+, a perda do primeiro relacionamento homoafetivo levava a questionamentos de identidade de gênero e conflitos familiares relacionados a sua aceitação. Além disso, surgiram sentimentos de angústia relacionados à imortalização do parceiro com o nome de nascimento, à expressão emocional diante de terceiros e à preocupação em sobrestrar os outros com seus problemas.

Dois artigos brasileiros destacaram que os participantes continuavam a guardar memórias de seus cônjuges, independentemente do tempo desde o falecimento (BARD; RODRIGUES, 2022; BATISTA *et al.*, 2019). Eles vivenciavam a perda de identidade e diversos tipos de luto simultâneos à morte, além de sentir crescente desorientação e dificuldade em realizar atividades cotidianas, como alimentação. A solidão era um fardo enquanto se adaptavam a novos papéis e rotinas solitárias. Em um estudo (BATISTA *et al.*, 2019), algumas mulheres experimentaram mágoa pelas constantes lembranças de seus parceiros em casa, enquanto outras se sentiram desprotegidas pela ausência deles. Em contraste, algumas mulheres sentem uma sensação de liberdade relacionada à perda das restrições impostas por esses relacionamentos.



Florczak; Lockie (2019) observaram que os participantes estavam preocupados com a continuidade de suas vidas após a perda, mesmo com o apoio da família. Além disso, dois artigos (KAMP *et al.*, 2018; KAMP *et al.*, 2022) apontaram a ocorrência de experiências sensoriais, como ouvir a voz ou sentir o toque do falecido, inclusive "alucinações de luto". Surpreendentemente, essas experiências foram percebidas de maneira positiva pelos enlutados, pois ajudaram a resolver questões pendentes com o falecido e aliviaram suas frustrações, embora possam intensificar a dor da perda no futuro .

Repercussões do luto

A idade desempenhou um papel significativo na repercussão do luto nas vidas das pessoas enlutadas. Enlutados mais jovens enfrentam desafios como o desrespeito por seu luto e questionamentos frequentes sobre encontrar um novo parceiro, minimizando a sua perda (BRISTOWE *et al.*, 2023). Em contrapartida, participantes mais velhos, como observado por BARD; RODRIGUES (2022), tinham menor probabilidade de manifestar sintomas de luto complicado. Isso coincide com as descobertas de Joksimovic (2023), que sugerem que os idosos têm uma maior capacidade de regular emoções negativas. Além disso, aponta que viúvas buscam por maior orientação para o enfrentamento do luto e tendem a se recuperar mais rapidamente em comparação com outros grupos de gênero.

Ainda em relação à suscetibilidade, viu-se que a probabilidade de se vivenciar experiências sensoriais após a perda é maior em pessoas que tinham uma maior proximidade emocional com o falecido, histórico de trauma anterior e forte religiosidade, como indicado por Kamp *et al.* (2022). Essas mesmas pessoas também eram mais propensas a enfrentar luto complicado, estresse pós-traumático, sintomas mais intensos de depressão e solidão emocional (KAMP *et al.*, 2018). Enlutados frequentemente também enfrentam desafios financeiros e jurídicos, como questões de testamentos, pessoas LGBT+ enfrentam o medo de revelar seus relacionamentos devido ao receio de reações negativas e discriminação, inclusive por parte de profissionais de saúde. Experimentam angústia inclusive relacionada à divulgação pública da causa da morte (BRISTOWE *et al.*, 2023).

Fatores protetores em relação ao luto

A aceitação foi destacada em quatro artigos (BRISTOWE *et al.*, 2023; BARD, RODRIGUES, 2022; BATISTA *et al.*, 2019; JOKSIMOVIC, 2023). Neles, os participantes relataram melhora visível nos sentimentos de depressão ao aceitar apoio e compartilhar suas angústias com outras pessoas. Também observaram que ao retomar suas atividades cotidianas, se sentiram mais capazes de superar a perda. Por outro lado, alguns optaram por estratégias de autopreservação em razão de suas inseguranças, acreditando que precisavam enfrentar essas mudanças sozinhos (BRISTOWE *et al.*, 2023).

Além disso, Bard; Rodrigues (2022) destacaram a espiritualidade como uma outra forma de suporte, enquanto Batista *et al.* (2019) descreveram a distração como uma estratégia praticada quase automaticamente pela maioria dos cônjuges em seu estudo, onde direcionaram seu foco para novas tarefas e ocupações (como atividades artísticas, uso de mídias sociais e novos hábitos).

4. CONCLUSÕES

As experiências de luto são singulares e as estratégias para enfrentá-lo são pessoais. Entretanto, ao serem compartilhadas, podem auxiliar pessoas que vivenciam a perda de um cônjuge a reencontrar sentidos e dar continuidade a sua própria existência. O incipiente número de publicações brasileiras demonstra a importância de desenvolver estudos sobre o tema no país.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BARD, B.A.; RODRIGUES, C.S.M. When “the Happily Ever After Ends”: The Grieving Process in Widowhoods. **OMEGA - Journal of Death and Dying**, v. 0, n. 0, p. 1-2, 2022.
- BATISTA, M.P.P. *et al.* Widow’s perception of their marital relationship and its influence on their restoration-oriented everyday occupations in the first six months after the death of the spouse: a thematic analysis. **Australian Occupational Therapy Journal**, v. 66, n. 6, p. 700-710, 2019.
- BRISTOWE, K. *et al.* LGBT+ partner bereavement and appraisal of the Acceptance-Disclosure Model of LGBT+ bereavement: A qualitative interview study. **Palliative Medicine**, v. 37, n. 2, p. 221-234, 2023.
- FLORCZAK, K.L.; LOCKIE, N. Losing a partner: Do continuing bonds bring solace or sorrow?. **Death Studies**, v. 43, n. 5, p. 281-291, 2019.
- JOKSIMOVIC, K. K. Gender as a moderator of the relationship between coping strategies and indicators of recovery from the loss. **Current Psychology**, v. 42, p. 17839-17850, 2023.
- KAMP, K.S. *et al.* Bereavement hallucinations after the loss of a spouse: Associations with psychopathological measures, personality and coping style. **Death Studies**, v. 43, n. 4, p. 260-269, 2018.
- KAMP, K.S. *et al.* Sensory experiences of one’s deceased spouse in older adults: An analysis of predisposing factors. **Aging & Mental Health**, v. 26, n. 1, p. 140-148, 2022.
- MENDES, K.D. S.; SILVEIRA, R.C.C.P.; GALVÃO, C. M. Uso de gerenciador de referências bibliográficas na seleção dos estudos primários em revisão integrativa. **Texto Contexto Enferm**, v. 28, p.1-13, 2019.
- STROEBE, M.; SCHUT, H.; STROEBE, W. Health outcomes of bereavement. **The Lancet**, v. 370, n. 9603, 2007, p. 1960-1973.
- THOMPSON, M.C.; KIM, A.B. Understanding the Experiences of Elderly Bereaved Men and the Bond With Their Pets. **OMEGA - Journal of Death and Dying**, v. 86, n. 4, p. 1291-1311, 2021.