REVISTA eixo
revistaeixo.ifb.edu.br

ISSN 2238-5630
Brasília-DF, v. 12, n. 2, maio-agosto de 2023

O SOFRIMENTO PSICOLÓGICO NA AUSÊNCIA DOS RITUAIS DE DESPEDIDA NA PANDEMIA DA COVID-19: UMA REVISÃO DE LITERATURA

PSYCHOLOGICAL SUFFERING IN THE ABSENCE OF FAREWELL RITUALS IN THE COVID-19 PANDEMIC: A LITERATURE REVIEW

Wagner Gleyson Theodoro[1]
Eliete de Andrade Marcelino[2]
Patricia Rossi Carraro[3]

RESUMO: A pandemia causada pelo novo coronavírus fez com que o mundo adotasse o distanciamento e isolamento social como medida não farmacológica para a contenção da disseminação do vírus para que não houvesse o colapso do sistema de saúde. Contudo, milhares de mortes ocorreram e o sofrimento psicológico foi inevitável na ausência dos rituais de despedida na pandemia da Covid-19. A partir de revisão de literatura, o objetivo deste estudo foi investigar o sofrimento psicológico da pessoa que não teve a oportunidade de vivenciar os rituais de despedida dos indivíduos vitimados pela Covid-19. Realizou-se um levantamento bibliográfico, por meio dos sistemas informatizados de busca: SciELO, PePSIC e no buscador *Google* Acadêmico, no período de 2019 a 2021. Os resultados revelaram a importância cultural dos rituais de despedida ao longo da história, marcada por mudanças e ciclos, e as consequências psicológicas causadas pela interrupção abrupta desses rituais nos indivíduos impactados pela Covid-19, bem como as dificuldades e desafios encontrados na experiência da morte e, consequentemente, a contribuição da psicoterapia como suporte à travessia que o indivíduo deve construir em sua experiência. Concluiu-se que, mediante a tantas situações derivadas e desencadeadas no contexto pandêmico, é necessário encontrar condições favoráveis para a superação e a reorganização psíquica, pois os rituais de despedida são fundamentais para a elaboração da perda e do luto.
Palavras-chave: pandemia da Covid-19; sofrimento psicológico; morte; luto; rituais de despedida.

ABSTRACT: *The pandemic caused by the new coronavirus has caused the world to adopt social distancing and isolation as a non-pharmacological measure to contain the spread of the virus so that the health system does not collapse. However, thousands of deaths occurred and psychological suffering was inevitable in the absence of farewell rituals in the Covid-19 pandemic. Based on a literature review, the aim of this study was to investigate the psychological suffering of people who did not have the opportunity to experience the farewell rituals of individuals victimized by Covid-19. A bibliographic survey was carried out through the computerized search systems: SciELO, PePSIC and Google Scholar, from 2019 to 2021. The results revealed the cultural importance of farewell rituals throughout history marked by changes and cycles and, the psychological consequences caused by the abrupt interruption of these rituals in individuals impacted by Covid-19, as well as the difficulties and challenges encountered in the experience of death and, consequently, the contribution of psychotherapy as a support for the journey that the individual must build in his experience. It is concluded that due to so many situations derived and triggered in this pandemic context, it is necessary to find favorable conditions for overcoming and psychic reorganization, as farewell rituals are fundamental for the elaboration of loss and grief.*
Keywords: Covid-19 pandemic; psychological suffering; death; mourning; farewell rituals.

[1] Psicólogo. Especialista em Libras; Psicopedagogia e Neuropedagogia
Lattes: http://lattes.cnpq.br/7650398547797704
ORCID: https://orcid.org/0009-0007-5368-5284
Email: freiwagnergleyson@yahoo.com.br

[2] Psicóloga. Pós-graduanda em Mitologia Criativa, Contos de Fadas e Psicologia Analítica - Facuminas
Psicóloga Clínica
Lattes: http://lattes.cnpq.br/9565688203569521
ORCID: https://orcid.org/0009-0006-0582-2187
Email: elietemarcelino@hotmail.com

[3] Psicóloga. Pós-doutora pela Faculdade de Filosofia Ciências e Letras de Ribeirão Preto/ USP
Lattes: https://lattes.cnpq.br/2702770632225885
ORCID: https://orcid.org/0000-0003-1625-266X
Email: patricia.carraro2020@gmail.com

Recebido em: 23/08/2022
Aceito em: 15/05/2023

ISSN 2238-5630
Brasília-DF, v. 12, n. 2, maio-agosto de 2023

INTRODUÇÃO

A humanidade, em 2019, foi impactada por uma pandemia devido à infecção pelo vírus SARS-CoV-2, causador da doença denominada Covid-19, a qual se tornou uma ameaça global, retirando milhões de vidas que foram consumidas pela dor da perda, pela experiência do luto, pelo sentimento de tristeza. Trata-se de uma doença invisível, altamente contagiosa e pouco conhecida. Ainda não existe um medicamento com comprovação científica, as vacinas estão sendo testadas e disponibilizadas. No entanto, a ciência demanda tempo, pois necessita cumprir protocolos e preceitos éticos (FERREIRA, 2021).

Com a chegada do período pandêmico, grandes transformações e rupturas ocorreram por causa da fácil e rápida transmissibilidade da doença. Verifica-se a desestabilização dos padrões tradicionais, o grande número de mortes e, consequentemente, o sofrimento intenso da perda. Neste ponto, ocorre uma quebra na sequência dos rituais já adotados e não há mais possibilidade de se reunir para a despedida, que é uma parte central do rito de passagem (SILVA, 2020).

Destaca-se que, em pandemias, geralmente é maior a quantidade de pessoas psicologicamente afetadas em relação às pessoas infectadas. Diante deste fato e de todas as mudanças, muitos estão apresentando estresse, depressão, ansiedade, disfunção alimentar, uso e abuso de drogas lícitas e/ou ilícitas e vivenciando efeitos psicossociais danosos. O grande sofrimento psicológico proporciona às pessoas a capacidade de gerar espaços internos até então inimagináveis (SILVA; PINTO, 2022).

Com as pandemias, é inevitável um maior sofrimento psíquico, serão diversas reações psicológicas, além da permanência constante de medos e inseguranças. Surgem questões psiquiátricas que precisam ser tratadas, entre elas: depressão, ansiedade e o transtorno do estresse pós-traumático. Os rituais de morte influenciarão de maneira desfavorável os âmbitos físicos, cognitivos e psicossociais das pessoas e grupos em luto (ALVES *et al.*, 2021).

A pandemia ocasionou, de forma abrupta, o impedimento dos rituais com os quais as culturas já estavam habituadas. Cada país se adaptou conforme seu contexto e realidade. No Brasil, foram apresentadas recomendações sanitárias como, por exemplo: propor estratégias remotas de despedida; criação de um memorial em casa; organizar um livro de visitas on-line; desenvolvimento de rituais fúnebres alternativos; apresentar opções alternativas para o funeral; fortalecimento das redes religiosas e/ou espirituais; atenção da rede socioafetiva às pessoas em processo de luto (COGO *et al.*, 2020).

Dificuldades podem ser geradas no processo de morrer pelo doente e também pela ausência da elaboração do luto, que pode acontecer quando não fazemos rituais de despedida. O velório é considerado um local onde vários sentimentos são expressados, além de se receber o apoio de pessoas queridas e de acontecer atitudes de despedida (CORSINI, 2020).

Dentro do contexto de pandemia, a "morte repentina, inesperada e precoce é preditora vista como complicadora para elaboração do luto normal e pode gerar transtornos psicológicos importantes nos indivíduos que vivenciam suas perdas com esse perfil" (COGO *et al.*, 2020, p. 164). Nesse sentido, em pandemias, a vivência do luto envolve diversas situações, com desenvolvimentos que intensificam o risco de aumentarem os sofrimentos psíquicos individuais e coletivos (COGO *et al.*, 2020).

O ser humano passa a ser colocado diante da morte e da necessidade de lidar com o imprevisível, com a não permanência absoluta. Assim, salienta-se que as vivências da pandemia não são as mesmas para todos e, quando similares, as experiências são singulares. A pandemia ameaçou o aspecto temporal, que se apresenta para aceitar a morte, o valor de se aproveitar alguns momentos da vida e, sobretudo, a possibilidade de se despedir da proximidade do último momento. O vírus afastou as últimas possibilidades de encontro com a finitude e alojou experiências ainda mais traumáticas nos que ficam (GAUDENZI, 2021).

Houve a proibição dos velórios e cerimônias devido ao risco de contaminação. As orientações a serem seguidas relacionam-se a lacrar o caixão e conduzi-lo ao túmulo ou à cremação com poucos familiares. Contudo, mesmo com a tentativa dos profissionais de saúde em proporcionar despedidas entre doentes e familiares, muitos morreram sozinhos e ligados a aparelhos (CORSINI, 2020).

Nesse sentido, a partir da análise da produção científica, este estudo teve como objetivo investigar o sofrimento psicológico da pessoa que não teve a oportunidade de vivenciar os rituais de despedida dos indivíduos vitimados pela Covid-19.

MÉTODO

Trata-se de um estudo exploratório conduzido por meio de levantamento bibliográfico, o qual, de acordo com Gil (2002), tem como finalidade conhecer melhor sobre determinado assunto, proporcionando maior proximidade com o problema, com vistas a torná-lo mais explícito ou a construir hipóteses.

A revisão de literatura é considerada como um fio condutor na elaboração de um projeto de pesquisa, de teses, dissertações e na escrita de um artigo científico. Ela estabelece uma linha de raciocínio que pode orientar a leitura dos pesquisadores, conduzindo-os dos pressupostos às conclusões. Na revisão de literatura é indispensável responder ao seguinte questionamento: o que foi desenvolvido por outros pesquisadores sobre determinado tema? (DORSA, 2020).

Os critérios de inclusão do estudo relacionam-se aos artigos científicos publicados em língua portuguesa, nas bases de dados

Scientific Eletronic Library Online (SciELO), Periódicos Eletrônicos em Psicologia (PePISC) e no buscador *Google* Acadêmico, no período de 2019 a 2021, cujos descritores foram: pandemia da Covid-19, sofrimento psicológico, morte, luto e rituais de despedida.

Foram adotados como critérios de exclusão: artigos científicos publicados nas demais línguas, monografias, resumos de eventos científicos, livros, vídeos do *Youtube*, textos legislativos e sites não confiáveis.

No desenvolvimento desta revisão de literatura foram seguidas quatro etapas (leitura exploratória, seletiva, reflexiva e interpretativa) para o levantamento dos materiais selecionados (GIL, 2002).

Inicialmente, foram identificados, nas bases de dados e no buscador *Google* Acadêmico, 78 artigos científicos a partir da pesquisa dos descritores. Os artigos científicos identificados foram triados segundo seus títulos e resumos, resultando, então, em 56. Após a triagem, foram selecionados 41 para verificação de critérios, resultando em 21 que foram analisados em sua totalidade, permitindo observar temas de maior incidência, conforme apontados na Figura 1.

Figura 1- Fluxograma de inclusão e exclusão de artigos científicos pesquisados

Identificados

Artigos Científicos identificados por meio de buscas bibliográficas nas bases de dados
N = 78

Triagem

Artigos Científicos selecionados por meio da leitura de títulos e resumos
N=56

Elegíveis

Artigos Científicos selecionados para verificação de critérios
N=41

Excluídos

Artigos Científicos que não se enquadraram nos critérios
N= 20

Incluídos

Artigos Científicos incluídos na revisão de literatura
N=21

Fonte: Elaborado pelos autores (2023).

A seguir, serão apresentados os artigos analisados (Cf. Quadro 1).

Quadro 1 - Caracterização do levantamento bibliográfico.

Título	Ano	Autores	Periódico	Volume, Número, Páginas
1. Rituais fúnebres no processo do luto: significados e funções	2019	SOUZA, Christiane Pantoja de; SOUZA, Airle Miranda de.	Psicologia clínica e da cultura – Instituto de Psicologia UnB	v. 35, p. 1-7
2. Consequências do adeus negado às vítimas da COVID-19	2020	CABRAL, *Hildeliza* Lacerda Tinoco Boechat *et al.*	Revista Transformar	v. 14, p. 281-303
3. Efeitos da supressão de rituais fúnebres durante a pandemia de COVID-19 em familiares enlutados	2020	CARDOSO, Érika Arantes de Oliveira *et al.*	Revista Latino-American a de Enfermagem – RLAE	v. 28, p. 1-9
4. Terminalidade, morte e luto na pandemia de COVID-19: demandas psicológicas emergentes e implicações éticas	2020	CREPALDI, Maria Aparecida *et al.*	Estudos de Psicologia – PUC	v. 37, p. 1-12
5. O luto nos tempos da COVID-19: desafios do cuidado durante a pandemia	2020	DANTAS, Clarissa de Rosalmeida *et al.*	Revista Latino Americana de Psicopatologia Fundamental	v. 23, n. 3, p. 509-533
6. Implicações da morte e luto na saúde mental do sujeito frente à pandemia	2020	DANZMANN, Pâmela Schultz; SILVA, Ana Claudia Pinto da; GUAZINA, Félix Miguel Nascimento.	Id on Line Rev. Mult. Psic.	v. 15, n. 55, p. 33-51
7. Atuação do psicólogo na saúde mental da população diante da pandemia.	2020	DANZMANN, Pâmela Schultz; SILVA, Ana Cláudia Pinto da; GUAZINA, Félix Miguel Nascimento.	J. Nurs. Health	v. 10, p. 1-14
8. Contribuições da psicologia no contexto da pandemia da COVID-19: seção temática	2020	ENUMO, Sônia Regina Fiorim; LINHARES, Maria Beatriz Martins	Estudos de Psicologia	v. 37, p. 1-4
9. A vivência do luto no contexto de desastres e emergências	2020	GARCIA, Isabela Pereira; FARIA, Hila Martins Campos.	Cadernos de Psicologia	v. 2, n. 4, p. 210-227
10. Do isolamento social ao crescimento pessoal: reflexões sobre o impacto psicossocial da	2020	GONÇALVES, Marta; OLIVEIRA, Magda; PINHEIRO, Ana.	Gazeta Médica	v. 7, n. 2, p. 151-155
11. O retorno ao dilema de antígona: a dignidade do corpo morto no contexto pandêmico da COVID-19	2020	LIMA, Lucas Correia de; DIAS JUNIOR, Arnaldino dos Santos.	Revista Pensamento Jurídico	v. 14, n. 2, p. 1-23
12. Luto	2020	MIYAZAKI, Maria Cristina de Oliveira Santos; TEODORO, Maycoln.	Sociedade Brasileira de Psicologia	p. 1-7
13. Rituais de despedida no contexto da pandemia da COVID-19	2020	NASCIMENTO, Adriana Rodrigues *et al.*	Revista Científica Cadernos ESP/CE	v. 14, n. 1, p. 80-85
14. "Aquele adeus, não pude dar": luto e sofrimento em tempos de COVID-19	2020	OLIVEIRA, Eliany Nazaré *et al.*	Revista Enfermagem em foco	v. 11, n. 2, p. 55-61
15. Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19)	2020	SCHMIDT, Beatriz *et al.*	Estudos de Psicologia	v. 37, p. 1-13
16. Terapia do luto: intervenções clínicas na elaboração do processo de luto	2020	SIQUEIRA, Alessandra Cardoso; AZEVEDO, Daiane Ferreira.	Revista Farol	v. 9, n. 9, p. 341-355
17. A exigência psíquica do rituais de despedida diante da morte em uma UTI da covid-19 (SarsCoV-2)	2020	SOARES, Juliana Bassoli Santos; RODRIGUES, Patrícia Matos.	Revista aSEPHallus	v. 15, n. 29, p. 103-117
18. Luto familiar em tempos de pandemia da covid-19: dor e sofrimento psicológico	2020	SUNDE, Rosario Martinho; SUNDE, Lucildina Muzuri Conferso.	Revista Interfaces	v. 8, n.3, p. 703-710
19. COVID-19: implicações e aplicações da psicologia positiva em tempos de pandemia	2020	ZANON, Cristian *et al.*	Estudos de Psicologia	v. 37, p. 1-13
20. Saúde mental dos profissionais de saúde no Brasil no contexto da pandemia por COVID-19	2021	DANTAS, Eder Samuel Oliveira.	Interface-Comunicação, Saúde, Educação	v. 25, n. 1, p. 1-9
21. Luta pela vida, luto pela perda: atenção em saúde mental a uma sobrevivente de COVID.	2021	SANTOS, Helen Barbosa dos; PAZ, Fernanda Marques.	SCIAS – Direitos Humanos e Educação	v. 4, n. 1, p. 176-189

Fonte: Elaborado pelos autores (2021)

ISSN 2238-5630
Brasília-DF, v. 12, n. 2, maio-agosto de 2023

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para melhor compreensão e discussão do tema em estudo, serão apresentados os rituais de despedida e sua contribuição na elaboração da perda e do luto. Num segundo momento, o sofrimento psicológico da pessoa que não teve a oportunidade de vivenciar os rituais de despedida do indivíduo vitimado pela Covid-19 e, posteriormente, a importância do psicólogo neste contexto de compreensão e superação.

Os rituais de despedida: a contribuição na elaboração da perda e do luto

A relevância da dignidade da morte e a compreensão de garantir o respeito ao destino do corpo sempre passaram por interesses culturais, religiosos, morais e afetivos. Não obstante, as primeiras concepções do que se apresenta como uma morte respeitável na civilização ocidental são datadas entre os séculos V e XVIII (cercado por amigos e familiares). Porém, a partir da Idade Média, profundas alterações ocorrem com o modo de lidar com a morte. Neste contexto, a morte se tornou tabu evitado em discussões (LIMA; DIAS JÚNIOR, 2020).

É importante destacar que a ritualização dos mortos é uma prática comum entre os povos e existe desde os tempos da Pré-história, com comprovações arqueológicas sobre rituais funerários. A relevância dos rituais está relacionada à capacidade de se ter o conhecimento das consequências das expressões dos indivíduos diante da morte e da ação social. Dessa forma, compreende-se que os rituais mostram como o grupo social se prepara e se reorganiza para as mudanças e, ao mesmo tempo, como simboliza os ciclos da vida. Logo, tais rituais são um instrumento que proporcionam alívio ao sofrimento psíquico, para a saúde mental e fortalecem a vida social (SOUZA; SOUZA, 2019).

Com isso, os rituais vão além de uma prática e estão repletos de símbolos que podem ter vários sentidos. Eles têm como finalidade descrever a vivência e proporcionar as transformações de papéis e do ciclo vital. A ritual marca, pontua um momento da realidade ou de um evento. Deste modo, os rituais funcionam como elemento de comunicação entre estrutura e significado, atribuindo-lhes um poder de modificar, e oferecendo à família um senso de pertencimento a um cenário cultural, o qual auxilia às necessidades psicológicas e sociais (SOUZA; SOUZA, 2019).

Nessa trajetória, garantir a despedida, mesmo que de forma simbólica, é oportunizar, uma última vez, as relações intersubjetivas que foram construídas em vida. É uma concretização ou reconstrução do afeto entre as pessoas e, ao mesmo tempo, concede a dignidade de uma morte com minimização de rupturas traumáticas. Salienta-se que não é somente o cadáver, mas as crenças, as recordações, a identidade e as relações interpessoais criadas (LIMA; DIAS JÚNIOR, 2020).

A partir das colocações dos autores citados, nota-se a relevância do presente assunto para a trajetória humana e, num cenário onde a pandemia colocou o ser humano diante do imprevisível, tais rituais conferem um poder transformador para a existência.

Ressalta-se que o processo do ritual de despedida tem sua função primordial na elaboração do luto e seus aspectos psicológicos. No caso específico da pandemia Covid-19, foi rompida uma das etapas principais que talvez poderia ser suprida pela empatia e acolhimento das pessoas. Mas, diante de uma pandemia, a ausência era coletiva, pois havia o choque diante do número de pessoas e amigos na mesma situação, impossibilitando o indivíduo ter esse acesso individualmente, o que acarretou depressão, sentimento de culpa, de abandono, incredibilidade do fato (morte) e saudade, que, em muitos casos, não teve nenhum local específico para exprimir seus sentimentos.

Nesse contexto, a etapa que não foi realizada para a elaboração do luto foi substituída por diversos sentimentos desfavoráveis à saúde mental do indivíduo. Em alguns casos, essa situação só poderá ser solucionada em psicoterapia, a qual, inicialmente, tentará fornecer acolhimento e empatia, pois a fragilidade desse indivíduo ficou em evidência.

O sofrimento psicológico na ausência dos rituais de despedida – a dor de não ter estado lá

Os estudos têm revelado que a pandemia e as medidas adotadas para contê-la têm impactado o indivíduo, aumentando consideravelmente o surgimento de sintomas de estresse, ansiedade e depressão. Dessa forma, a Covid-19 seria uma crise tanto epidemiológica, quanto psicológica, devido às mudanças cognitivas, emocionais e comportamentais, cujas consequências psicológicas provocadas serão prevalentes e duradouras (CREPALDI *et al.*, 2020).

Certamente, todo esse impacto no indivíduo precisará ser melhor compreendido, pois as consequências psíquicas atingiram a população em geral. Famílias foram atingidas pela fúria, pela culpa diante do óbito e das limitações do momento (SOARES; RODRIGUES, 2020).

Um outro aspecto do processo de luto para quem perdeu uma pessoa próxima para a Covid-19 foi a determinação de ações extremas que limitaram os rituais de despedida. Os familiares vitimados executam um ritual incompleto, deixando o sentimento de uma situação irreal, de uma atividade que não foi finalizada ou cumprida (DANTAS *et al.*, 2020).

Nota-se, nessa realidade, que a ausência da despedida ou o ato de ritualizar a finitude do corpo, que sempre foi considerado essencial para o ser humano, não permitiu encontrar um lugar, um espaço/momento para racionalizar a perda e, consequentemente, a dor. Tendo em vista que a perda se encontra no nível da consciência, a crise pandêmica tornou esse período mais complexo para a sua elaboração, trazendo um maior sofrimento para a pessoa.

Diante desse contexto, muitos estão experienciando o luto complicado, envolvidos numa angústia intensa, sem poder resolver a situação ao longo do tempo, de forma que se sentem sobrecarregados, com comportamentos inadaptáveis e danos significativos na vida (CREPALDI *et al.*, 2020).

Posto isso, constata-se a falta de um local para a elaboração da perda, permitindo que a pessoa não aceite e nem vivencie o luto (DANZMANN; SILVA; GUAZINA, 2021).

Entretanto, não participar dos rituais ou ocultá-los pode deixar os sujeitos à deriva ao modo de como a morte ocorre, além de demorar no processamento dos sentimentos de perda e aumentar a sensação de vazio (OLIVEIRA *et al.*, 2020).

Com um luto difícil é inevitável uma falta de organização, e esta é prolongada, dificultando ou até impedindo a pessoa se organizar psiquicamente, bem como retomar as atividades anteriores à perda e o distanciamento de outros relacionamentos (CREPALDI *et al.*, 2020). Neste cenário complexo, foi preciso suspender o período anterior à morte, o lugar que nos é possível curar emoções destrutivas e trabalhar a gratidão, o afeto e o cuidado (DANTAS *et al.*, 2020).

Diante dos acontecimentos, os indivíduos (e não são poucos) não conseguem ritualizar a morte e nem entrar em contato com sua dor, transformando o luto não vivenciado em impactos negativos (tristeza, culpa, desamparo, negação, esgotamento físico, mental) (DANZMANN; SILVA; GUAZINA, 2021).

Por esse motivo, mediante as ações necessárias para conter a expansão do vírus, foi preciso retirar o ritual de despedida durante o período de pandemia. Contudo, isso ocasionou diversas perturbações no luto e na sua elaboração, intensificando o sofrimento e dificultando a adequação à nova realidade.

Dessa forma, a morte fecha seu cerco, e os imprevistos do cenário e o receio do desconhecido estabelecem um contexto de medo difuso. O sentimento de ameaça constante surge, além da perda da sensação de se ter o controle sobre a vida, o que vai invadir a proteção de um lar que se considera seguro, constituindo um obstáculo para amenizar o impacto da perda, exatamente pela maneira súbita e inesperada como ela ocorre (CARDOSO *et al.*, 2020).

Esta realidade faz com que o luto seja transformado em dor e sofrimento constante, uma vez que gera as três fases do processo de luto. A primeira seria ver o corpo, ou seja, confirmar e despedir-se; na segunda, acontece uma cerimônia coletiva; e, por último, aceitar a morte. Na vivência existencial, é esperado o espaço do último adeus, que independe dos ocorridos com o ente querido. No caso da Covid-19, não ocorrendo os rituais tradicionais, os sentimentos de dor prolongada são grandes (SUNDE; SUNDE, 2020).

Baseado nesse contexto, destaca-se que a ausência dos rituais não apresenta possibilidades para a compreensão da dor e sua elaboração, não oportunizando espaços para manifestar e lidar com as emoções e sentimentos, além de não trazer a consciência de que é possível vencer o que, aparentemente parece invencível: a morte. Ou seja, a ocasião de estabelecer um movimento/espaço de tomar consciência da finitude de uma pessoa.

Consequentemente, a família não consegue consolidar a morte, o choro sufocado pela situação, precisando ocupar os espaços deixados pelo adeus que não foi possível dar (CABRAL *et al.*, 2020).

No cenário dos acontecimentos, fica a constatação de uma fase que foi aberta, mas que não se completou, pois a retirada dos rituais de despedida, por mais legítima que seja, é acompanhada de incredulidade, impotência, revolta, perplexidade, abandono e sofrimento (CARDOSO *et al.*, 2020).

É preciso lembrar que o luto é um momento importante, que possibilita ressignificar a perda. Essa nova situação apresentada pela pandemia fez com que as pessoas fossem obrigadas a enxugar as lágrimas antes mesmo de poder derramá-las e, para esse novo momento da vida, são fundamentais saídas que ajudem no processo de superação e no processo natural do viver e do morrer (CABRAL *et al.*, 2020).

A partir das colocações apontadas pelos autores, considera-se que as razões acima evidenciadas (como, por exemplo, a ausência dos rituais de despedida) deixam uma enorme lacuna na vida, com tendência de agravamento e sérios prejuízos para as pessoas acometidas. Deste modo, esse novo contexto impõe uma série de desafios para se encontrar ferramentas e estratégias para as intervenções psicossociais.

A importância do psicólogo no contexto pandêmico da Covid-19

A morte e tudo o que envolve o morrer coloca o ser humano perante as maiores incógnitas da vida, diante dos maiores medos e vivência das maiores dores. Com reações singulares, procura-se por respostas ou, inversamente, escapes (GONÇALVES; OLIVEIRA; PINHEIRO, 2020).

Não é preciso somente contar os mortos, como se fosse um flagelo divino, mas é possível se permitir arriscar com atitudes relevantes voltadas para os cuidados com os sobreviventes, acometidos ou não pela Covid-19 (ENUMO; LINHARES, 2020).

Nesta trajetória, agir no contexto do coronavírus é uma novidade e é totalmente diferente do que se esperava. Essa nova configuração de atuação exige adaptação, e a tecnologia aproxima pa-

ISSN 2238-5630
Brasília-DF, v. 12, n. 2, maio-agosto de 2023

ciente e terapeuta, ainda que virtualmente (DANZMANN; SILVA; GUAZINA, 2020). Deste modo, mesmo que de forma remota, as práticas psicológicas precisam ser dinâmicas e, primeiramente, direcionadas aos estressores (SCHMIDT *et al*., 2020).

Assim, pode aparecer uma revolta com a realidade e uma desorganização das rotinas diárias, além de diversas reações físicas (insensibilidade, agitação psicomotora, pânico, insônia, perda de apetite, náuseas, tensão muscular, cefaleia) e emocionais (tristeza, desespero, saudade, incredulidade, raiva, vazio, culpa, arrependimento, alívio) que são identificadas e vivenciadas como expressão de luto (MIYAZAKI; TEODORO, 2020).

O caminho proposto é a busca pela resiliência psicológica que se manifesta pela superação de situações em momentos complexos e assegura a continuidade de um desenvolvimento saudável, dentro de um processo considerado dinâmico e que possibilite a adaptação, mesmo que tenha a presença de estressores (DANTAS, 2021).

Pensando em tantos aspectos em tempos de pandemia, é de fundamental importância proporcionar espaços para externalizar essa dor, indo ao encontro do sofrimento. Por isso, sob a luz do modelo biopsicossocioespiritual, o período exige uma construção de reflexões, iniciativas e práticas (NASCIMENTO *et al*., 2020).

Assim, é oportuno destacar que a atuação do psicólogo frente às emergências desse contexto pandêmico necessita ser ampla, dinâmica e criativa, elaborando medidas de prevenção e enfrentamento para a promoção necessária da saúde mental e a minimização dos impactos destrutivos na vida do indivíduo.

O profissional deve identificar quais as características principais apresentadas pelo enlutado e trabalhar para ajudá-lo a lidar com este momento da vida, compreender e aceitar o luto, manejar emoções dolorosas. Focar a perda, já que a vivência da dor e da separação é inevitável. Focar a recuperação, auxiliando o indivíduo a encontrar uma nova estratégia de independência (MIYAZAKI; TEODORO, 2020).

Indubitavelmente, a psicoterapia possibilita avanços significativos, adaptação à nova situação, aquisição de consciência da enfermidade psíquica e a consideração de planejar um futuro significativo (SIQUEIRA; AZEVEDO, 2020). Além disso, contribui com alguns constructos psicológicos, tais como resiliência, autocompaixão, criatividade, otimismo e esperança (ZANON *et al*., 2020).

A colaboração do profissional é ajudar o enlutado a transpor este momento, a partir de um contato empático e ativo (MIYAZAKI; TEODORO, 2020). Abranger a dimensão do cuidado, possibilitando um apoio não invasivo e escuta qualificada (GARCIA; FARIA, 2020).

Logo, é fundamental compreender a singularidade de cada indivíduo e o grau de sofrimento, sendo a flexibilidade e a habilidade do profissional alicerces seguros para o desenvolvimento de ferramentas, estratégias e a elaboração de instrumentos para cada contexto. Deste modo, o psicólogo tem por interesse garantir uma trajetória humanizada, oferecendo um suporte psicológico que envolva e favoreça os cuidados emocionais, o acolhimento e o direcionamento.

Assim, não ter ritual de despedida é não ter um espaço para o sofrimento e, nesse sentido, o papel do psicólogo não é apenas elaborar intervenções técnicas, mas, antes de qualquer circunstância, deve acolher e dar apoio à passagem que o outro deve fazer em sua experiência (SANTOS; PAZ, 2021).

Portanto, o psicólogo deve intermediar e auxiliar, primando pela reorganização psíquica e social, dispondo de um campo produtivo para a reconstrução e ressignificação da vida. Nesse aspecto, o ponto chave das operações psicológicas está no conhecimento de que o indivíduo tem condições de superação e de alcançar a autonomia para desenvolver competências e habilidades para viver essa nova fase (GARCIA; FARIA, 2020).

Ao considerar as visões dos autores pesquisados, compreende-se que as dificuldades e desafios são caminhos naturais da existência humana. Sendo assim, mediante tantas situações derivadas e desencadeadas deste contexto pandêmico, a psicoterapia torna-se uma ferramenta basilar de estratégias e recursos para uma reorganização psíquica.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir dos objetivos deste estudo, constata-se que o contexto da pandemia da Covid-19 impôs um caminho de encontro e desencontro da própria compreensão de ser humano e sua perspectiva de vida e morte. Os pesquisadores apontam que a trajetória de perda e luto tem sido uma experiência universal e que os rituais se tornaram uma forma de reorganizar-se diante das mudanças e do ciclo da vida. Sendo assim, observou-se, durante os estudos que, ao longo da história da humanidade, a despedida ocupou um espaço para oportunizar a concretização das relações construídas e reconstruir um significado para minimizar as rupturas traumáticas.

Com relação aos estudos acerca do sofrimento psicológico na ausência dos rituais de despedida, constatou-se que a Covid-19 trouxe consideravelmente alterações cognitivas, emocionais e comportamentais. Na visão dos autores estudados, a pandemia trouxe limitações drásticas na elaboração do luto, visto que a despedida ficou incompleta, com um sentimento de irrealidade, deixando em seu lugar um vazio e intensificando o sofrimento.

Outro aspecto a ser ressaltado nas pesquisas foi a importância do psicólogo no contexto pandêmico. Nesse sentido, através de uma escuta ativa e qualificada, o psicoterapeuta pode proporcionar intervenções capazes de reabilitar o retorno à realidade e contribuir para a reorganização psíquica e social adotando novas estratégias. A proposta da resiliência psicológica foi citada nos artigos como

um espaço para adaptação, que permite externalizar a dor e manejar as emoções dolorosas, construindo construtos psicológicos capazes de elaborar a perda e o luto e alcançar a autonomia.

Por fim, considera-se que os estudos analisados revelam a compreensão da importância dos rituais de despedida na trajetória humana e que a pandemia da Covid-19 exacerbou ainda mais a fragilidade e o sofrimento no modo de ser e estar do ser humano. Portanto, as ferramentas disponíveis e as estratégias utilizadas contribuem para este contexto, e a psicoterapia é uma proposta de intervenção capaz da reorganização biopsicossocial.

REFERÊNCIAS

ALVES, A. M.; COUTO, S. B.; SANTANA, M. de P.; BAGGIO, M. R. V.; GAZARINI, L. Medicalização do luto: limites e perspectivas no manejo do sofrimento durante a pandemia. **Cadernos de Saúde Púbica**, Rio de Janeiro, v. 37, n. 9, out. 2021. Disponível em: https://www.scielosp.org/article/csp/2021.v37n9/e00133221/pt/. Acesso em: 3 ago. 2021.

CABRAL, H. L. T. B.; ROBLES-LESSA, M. M.; CRUZ, R. S. da; MONTEIRO, J. R. M.; GUIMARÃES, D. N. Consequências do adeus negado às vítimas da COVID-19. **Revista Transformar**, Rio de Janeiro, v. 14, Edição Especial "Covid-19: pesquisa, diálogos transdisciplinares e perspectivas, p. 281-303, mai./ago. 2020. Disponível em: http://www.fsj.edu.br/transformar/index.php/transformar/article/view/398. Acesso em: 28 ago. 2021.

CARDOSO, É. A. de O.; SILVA, C. B. C. de A. da; SANTOS, J. H. dos; LOTÉRIO, L. dos S.; ACCORONI, A. G.; SANTOS, M. A. dos. Efeitos da supressão de rituais fúnebres durante a pandemia de COVID-19 em familiares enlutados. **Revista Latino-Americana de Enfermagem [online] – RLAE**, Ribeirão Preto, v. 28, p. 1-9, jun. 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rlae/a/TmXZcXpFLPFPK5Vbzrc3YKv/?lang=pt. Acesso em: 16 ago. 2021.

COGO, Adriana Silveira, et al. Processo de luto no contexto da COVID-19. *In*: NOAL, Débora da Silva; DAMÁSIO, Fabiana; FREITAS, Carlos Machado de (org.). **Recomendações e orientações em saúde mental e atenção psicossocial na COVID19**. Brasília: Fundação Oswaldo Cruz, 2020. Disponível em: https://www.fiocruzbrasilia.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/04/Sa%C3%BAde-Mental-e-Aten%C3%A7%C3%A3o-Psicossocial-na-Pandemia-Covid-19-processo-de-luto-no-contexto-da-Covid-19.pdf. Acesso em: 9 ago. 2021.

CORSINI, C. **Luto na pandemia:** ausência de ritual de despedidas gera trauma. IP - Comunica. Instituto de Psicologia USP, São Paulo, set. 2020. Disponível em: https://sites.usp.br/psicousp/luto-na-pandemia-ausencia-do-ritual-de-despedida-gera-traumas-e-ate-patologias/. Acesso em: 30 jul. 2021.

CREPALDI, M. A.; SCHMIDT, B.; NOAL, D. da S.; BOLZE, S. D. A.; GABARRA, L. M. G. Terminalidade, morte e luto na pandemia de COVID-19: demandas psicológicas emergentes e implicações práticas. **Estud. Psicol**, Campinas, v. 37, p. 01-12, jun. 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/j/estpsi/a/LRmfcnxMXwrbCtWSxJKwBkm/?format=html. Acesso em: 17 ago. 2021.

DANTAS, C. de R.; AZEVEDO, R. C. S. de; VIEIRA, L. C.; CÔRTES, M. T. F.; FEDERMANN, A. L. P.; CUCCO, L. da M.; RODRIGUES, L. R.; DOMINGUES, J. F. R.; DANTAS, J. E.; PORTELLA, I. P.; CASSORLA, R. M. S. O luto nos tempos da COVID-19: desafios do cuidado durante a pandemia. **Rev. Latinoam. Psicopat. Fund.**, São Paulo, v. 23, n. 3, p. 509-533, set. 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rlpf/a/SgtgR9xSwqBSYjr5Mm3WSwG/?lang=pt. Acesso em: 24 ago. 2021.

DANTAS, E. S. O. Saúde mental dos profissionais de saúde no Brasil no contexto da pandemia por COVID-19. **Interface**, Botucatu, v. 25, n. 1, p. 1-9, jan. 2021. Disponível em: https://www.scielo.br/j/icse/a/rCWq43y7mydk8Hjq5fZLpXg/#. Acesso em: 5 set. 2021.

DANZMANN, P. S.; SILVA, A. C. P. da; GUAZINA, F. M. N. Atuação do psicólogo na saúde mental da população diante da pandemia. **J. Nurs. Health.**, v. 10, n. 4, jul. 2020. Disponível em: https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/enfermagem/article/view/18945/11557. Acesso em: 7 set. 2021.

_____. Implicações da morte e luto na saúde mental do sujeito frente à pandemia. **Id on Line Rev. Mult. Psic.**, v. 15, n. 55, p. 33-51, mai. 2021. Disponível em: https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/3016. Acesso em: 22 ago. 2021.

DORSA, A. C. O papel da revisão da literatura na escrita de artigos científicos **INTERAÇÕES**, Campo Grande, MS, v. 21, n. 4, out./dez. 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/j/inter/a/ctsj4sLz6CkZYQfZWBS4Lbr/?lang=pt#. Acesso em: 29 mai. 2023.

ENUMO, S. R. F.; LINHARES, M. B. M. Contribuições da psicologia no contexto da pandemia da COVID-19: seção temática. **Estud. Psicol.**, Campinas, v. 37, p. 1-4, jun. 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/j/estpsi/a/Q3LCy6Gc6QjPj39FdcD5hCc/?lang=pt. Acesso em: 7 set. 2021.

ISSN 2238-5630
Brasília-DF, v. 12, n. 2, maio-agosto de 2023

FERREIRA, C. L. A. P. Processo de luto e a humanização da morte: a importância dos cuidados paliativos no contexto da COVID-19. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação-REASE**, São Paulo, v. 7, n. 6, p. 711-724, jun. 2021. Disponível em: https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/1426/621. Acesso em: 29 jul. 2021.

GARCIA, I. P.; FARIA, H. M. C. A vivência do luto no contexto de desastres e emergências. **Cadernos de Psicologia**, Juiz de Fora, v. 2, n. 4, p. 210-227, jul./dez. 2020. Disponível em: https://seer.cesjf.br/index.php/cadernospsicologia/article/view/2838/1914. Acesso em: 30 ago. 2021.

GAUDENZI, P. Cenários brasileiros da saúde mental em tempos de COVID-19: uma reflexão. **Interface - Comunicação, Saúde e Educação, Botucatu**, v. 25, n. Supl. 1, p. 1-15, abr. 2021. Disponível em: https://www.scielosp.org/article/icse/2021.v25suppl1/e200330/. Acesso em: 29 jul. 2021.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

GONÇALVES, M.; OLIVEIRA, M.; PINHEIRO, A. Do isolamento social ao crescimento pessoal: reflexões sobre o impacto psicossocial da pandemia. **Gazeta Médica**, v. 7, n. 2, p. 151-155, abr./jun. 2020. Disponível em: https://www.gazetamedica.pt/index.php/gazeta/article/view/359. Acesso em: 1 set. 2021.

LIMA, L. C. de; DIAS JÚNIOR, A. dos S. O retorno ao dilema de antígona: a dignidade do corpo morto no contexto pandêmico da COVID-19. **Revista Pensamento Jurídico**, São Paulo, v. 14, n. 2, Edição Especial, p. 1-23, jul. 2020. Disponível em: https://fadisp.com.br/revista/ojs/index.php/pensamentojuridico/article/view/220/280. Acesso em: 8 ago. 2021.

MIYAZAKI, M. C. de O. S.; TEODORO, M. **Luto**: Tópico 6, p. 1-7, 2020. SBP - Sociedade Brasileira de Psicologia. Disponível em: http://www.sbponline.org.br/.Acesso em: 12 set. 2021.

NASCIMENTO, A. R. ABRAHÃO, B. de A. R.; SILVA, B. K. B.; SWERTS, L. S.; GOMES, L. E. S.; ALVES, M. T. L.; SILVA, N. L. R. Rituais de despedida no contexto da pandemia da Covid-19. **Cadernos ESP**, Ceará – Edição Especial, Revista Científica da Escola de Saúde Pública do Ceará, v. 14, n. 1, p. 80-85, jul. 2020. Disponível em: https://cadernos.esp.ce.gov.br/index.php/cadernos/article/view/384. Acesso em: 31 ago. 2021.

OLIVEIRA, E. N.; XIMENES, F. R. G.; MOREIRA, R. M. M. M.; LIMA, G. F. L.; SANTOS, F. D.; FREIRE, M. A.; VIANA, L. S.; CAMPOS, M. P. "Aquele adeus, não pude dar": luto e sofrimento em tempos de COVID-19. **Revista Enfermagem em foco**, Ceará, v. 11, n. 2, p. 55-61, ago. 2020. Disponível em: http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/4203/984. Acesso em: 21 ago. 2021.

SANTOS, H. B. dos; PAZ, F. M. Luta pela vida, luto pela perda: atenção em saúde mental a uma sobrevivente de Covid. **SCIAS - Direitos Humanos e Educação**, Belo Horizonte, v. 4, n. 1, p. 176-189, jan./jun. 2021. Disponível em: https://revista.uemg.br/index.php/sciasdireitoshumanoseducacao/article/view/5443/3612. Acesso em: 2 set. 2021.

SCHMIDT, B.; CREPALDI, M. A.; BOLZE, S. D. A.; NEIVA-SILVA, L.; DEMENECH, L. L. M. Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19). **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 37, p. 1-13, abr. 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/j/estpsi/a/L6j64vKkynZH9Gc4PtNWQng/?format=pdf&lang=pt. Acesso em: 7 set. 2021.

SILVA, A. V. da. Os 'ritos possíveis' de morte em tempos de coronavírus. **Revista Dilemas**, Rio de Janeiro, p. 1-12, 2020. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Andreia-Silva-3/publication/343219723_Os_'ritos_possi veis'_de_morte_em_tempos_de_coronavirus/links/5f1d5f8f45851515ef4aa6dc/Os-ritospossiv eis-de-morte-em-tempos-de-coronavirus.pdf. Acesso em: 30 jul. 2021.

SILVA, M. das G. B. da; PINTO, J. S. Apoio psicológico aos discentes durante a pandemia: relato de experiência. **Revista Saúde em foco**, Teresina, v. 9, n. 2, art. 5, p. 74-84, mai./ago. 2022. Disponível em: http://www4.unifsa.com.br/revista/index.php/saude-emfoco/article/view/2561/491493301. Acesso em: 3 ago. 2022.

SIQUEIRA, A. C.; AZEVEDO, D. F. Terapia do luto: intervenções clínicas na elaboração do processo de luto. **Revista Farol**, Rondônia, v. 9, n. 9, p. 341-355, jan. 2020. Disponível em: http://revista-farol.com.br/index.php/farol/article/view/154/180. Acesso em: 6 set. 2021.

SOARES, J. B. S.; RODRIGUES, P. M. A exigência psíquica dos rituais de despedida diante da morte em uma UTI da covid-19 (SarsCoV-2). **Revista aSEPHallus**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 29, p. 103-117, abr. 2020. Disponível em: http://www.isepol.com/asephallus/numero_29/pdf/07%20-%20JULIANA%20BASSOLI%20E%20PATRICIA%20MATOS.pdf. Acesso em: 19 ago. 2021.

SOUZA, C. P. de; SOUZA, A. M. de. Rituais fúnebres no processo do luto: significados e funções. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**,

Brasília, v. 35, p. 1-7, jul. 2019. Disponível em: https://www.scielo.br/j/ptp/a/McMhwzWgJZ4bngpRJL4J8xg/?lang=pt. Acesso em: 6 ago. 2021.

SUNDE, R. M.; SUNDE, L. M. C. Luto familiar em tempos de pandemia da covid-19: dor e sofrimento psicológico. **Revista Interfaces**, Rio Grande do Sul, v. 8, n.3, p. 703-710, ago. 2020. Disponível em: https://interfaces.leaosampaio.edu.br/index.php/revista-interfaces/article/view/787/pdf. Acesso em: 23 ago. 2021.

ZANON, C..; DELLAZZANA-ZANON, L. L.; WECHSLER, S. M.; FABRETTI, R. R.; ROCHA, K. N. da. Covid-19: implicações e aplicações da psicologia positiva em tempos de pandemia. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 37, p. 1-13, jun. 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/j/estpsi/a/3tQXhvv3vJ8b6LtyCZbghmr/?lang=pt. Acesso em: 8 set. 2021.