

## LUTO ANTECIPATÓRIO A IMPORTÂNCIA DO ACOMPANHAMENTO TERAPÊUTICO NO PROCESSO DE ENLUTAMENTO ANTECIPATÓRIO DIANTE DE UMA PERDA ESPERADA DO PACIENTE-FAMILIAR

Tamires de Sá Batista<sup>1</sup>

Francisco Cardoso<sup>2</sup>

**RESUMO:** Esse trabalho investiga o fenômeno do Luto Antecipatório, um processo adaptativo que ocorre antes da perda efetiva e se enquadra no luto, manifestando sintomas semelhantes ao luto convencional. Ele é influenciado por fatores psicológicos individuais, interações com pacientes terminais e dinâmicas familiares e sociais. O objetivo é analisar a importância do acompanhamento terapêutico no luto antecipatório, tanto para pacientes quanto para familiares, no contexto da psicologia clínica. Utilizou-se uma metodologia qualitativa baseada em revisão bibliográfica, sintetizando conhecimentos existentes e identificando lacunas na literatura. A busca incluiu bases como PubMed, PsycInfo, Scielo e Google Acadêmico, abrangendo publicações dos últimos 10 anos, com critérios de inclusão e exclusão. A discussão destaca a complexidade do luto antecipatório, a importância de compreender os processos individuais e familiares, além de estratégias terapêuticas para promover adaptação e enfrentamento saudável da perda iminente. Os resultados evidenciam a relevância do acompanhamento terapêutico, mostrando a eficácia das intervenções psicológicas em mitigar o sofrimento e promover resiliência emocional. Foram comparadas às teorias e modelos existentes, identificando padrões, divergências e lacunas, e discutidas as implicações práticas para profissionais de saúde mental. A revisão bibliográfica permitiu recomendar práticas clínicas baseadas em evidências, além de identificar padrões comuns de reação e ajustamento no luto antecipatório, oferecendo percepções para práticas mais eficazes.

4067

**Palavras-chave:** Consternação. Enlutamento. Luto Antecipado. Perdas.

### INTRODUÇÃO

O luto antecipatório ocorre no contexto de uma perda esperada, geralmente relacionada a situações em que a morte ou uma perda significativa é iminente. O luto é um processo inevitável na vida humana, marcado por um conjunto de reações emocionais, físicas e comportamentais diante da perda de um familiar. No entanto, há um tipo específico de luto que ocorre antes da perda efetiva: o luto antecipatório. Este fenômeno envolve a vivência de sentimentos de tristeza, ansiedade e dor enquanto se aguarda a morte iminente de um paciente, geralmente em decorrência de doenças terminais.

<sup>1</sup>Estudante de Psicologia, Faculdade Mauá-GO.

<sup>2</sup>Orientador no curso de psicologia, Faculdade Mauá-GO.

O luto antecipatório não só impacta profundamente o paciente, mas também seus familiares, que precisam lidar com a iminente ausência de um familiar enquanto ainda se esforçam para proporcionar conforto e apoio durante seus últimos momentos. Nesse contexto, o acompanhamento terapêutico desempenha um papel crucial. Ele oferece suporte emocional, táticas de enfrentamento e intervenções psicológicas que auxiliam na diminuição do sofrimento e na preparação tanto do paciente quanto dos seus entes queridos para a perda inevitável.

Como as intervenções terapêuticas podem ser adaptadas e otimizadas para fornecer um suporte do bem-estar psicológico e emocional dos pacientes e familiares, e quais são os fatores-chave que contribuem para o sucesso ou a falta da eficácia dessas intervenções, considerando a singularidade das experiências emocionais, cognitivas e sociais dos pacientes e familiares durante esse processo desafiador?

O enlutamento antecipatório é uma área pouco explorada na literatura psicológica, apesar de seu impacto significativo na saúde mental e no bem-estar emocional dos indivíduos que enfrentam a perspectiva de uma perda iminente. Entende-se como as intervenções terapêuticas podem auxiliar nesse contexto é essencial para fornecer um suporte adequado e compassivo a pacientes e familiares no decorrer desse ciclo.

Além disso, a escolha desse tema está fundamentada em contribuir para o avanço do conhecimento científico e clínico no campo da psicologia do luto. Ao investigar as estratégias terapêuticas eficazes para lidar com o enlutamento antecipatório, e oferecer visões valiosas que possam informar a prática clínica e contribuir para o desenvolvimento de intervenções mais direcionadas e sensíveis às necessidades dos indivíduos nesse contexto específico. 4068

Buscando parâmetros que fornecem percepções importantes sobre o enlutamento antecipatório, abordando aspectos como a experiência fenomenológica do luto antecipatório, sua ocorrência em diferentes contextos de cuidado e doenças, bem como revisões sistemáticas da literatura para compreender melhor suas implicações e desafios específicos no contexto brasileiro:

Por fim, a escolha desse tema também se baseia na minha crença na importância da abordagem holística da saúde mental, que reconhece a interconexão entre os aspectos emocionais, cognitivos, sociais e espirituais do ser humano. Ao investigar o enlutamento antecipatório e o papel do acompanhamento terapêutico nesse processo, este trabalho busca promover uma compreensão mais abrangente e empática das experiências de luto e oferecer suporte integral aos indivíduos que enfrentam essa difícil jornada. (SANTOS, YAMAMOTO e CUSTÓDIO, 2017).

Analisar a importância do acompanhamento terapêutico no processo de enlutamento antecipatório (precoce) diante de uma ruptura esperada, seja do paciente ou do familiar, dentro

do contexto da psicologia clínica. Investigar os impactos psicológicos e emocionais do enlutamento antecipatório e os principais desafios enfrentados pelo psicólogo.

Propor estratégias e intervenções terapêuticas específicas para o acompanhamento durante o enlutamento antecipatório.

## FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A temática do luto antecipatório destaca-se como um processo emocional significativo que ocorre antes da perda efetiva, geralmente em casos de doenças terminais, e é vivenciado tanto pelo paciente quanto por seus familiares. Ao abordar esse tipo de luto, explora-se como os indivíduos começam a lidar com a iminência da morte, enfrentando sentimentos de tristeza, ansiedade e até o mesmo problema. Essas características são apresentadas por reações emocionais que buscam, de modo adaptativo, preparar o indivíduo para a perda significativa, permitindo um enfrentamento mais gradual e consciente.

No desenvolvimento desta fundamentação teórica, discuti-se primeiramente a definição do luto e as particularidades do luto antecipatório, apresentando como principais teorias e conceitos estabelecidos por autores como Lindemann, Kübler-Ross e Worden, que identificam o luto antecipatório como um processo adaptativo que facilita o enfrentamento emocional antecipado à perda. Além disso, são apresentadas respostas emocionais de pacientes e familiares, considerando suas implicações na saúde mental e nas dinâmicas familiares, especialmente quando o suporte terapêutico é limitado.

4069

A importância do acompanhamento terapêutico também é um ponto central, dado o seu papel na mitigação do sofrimento emocional e no fortalecimento da resiliência dos envolvidos. Com base em abordagens integrativas, como a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) e o *mindfulness*, discutimos estratégias de intervenção que promovem uma adaptação emocional saudável, com enfoque na personalização do tratamento para atender às necessidades de cada indivíduo. A fundamentação encerra-se com uma análise das implicações para a prática clínica e recomendações para a atuação de profissionais de saúde mental, considerando as especificidades do luto antecipatório no contexto brasileiro.

### Conceituação do Luto

De acordo com Kreuz e Tinoco (2016), o luto é um processo complexo que envolve sentimentos de tristeza e pesar, sendo uma reação à perda de algo ou alguém significativo. Este

é um fenômeno humano vivido de maneira única, onde a ausência de uma pessoa querida deve ser percebida como definitiva, exigindo adaptação à nova realidade e reorganização familiar e social. Almeida *et. al.* (2015), também destacam que o enfrentamento da morte de um membro familiar é um dos desafios mais difíceis, podendo causar repercussões imediatas e de longo prazo na dinâmica familiar.

## **A Natureza do Luto Antecipatório**

De acordo com Oliveira *et. al.* (2021), o luto antecipatório é uma resposta emocional que começa antes da morte real, com a antecipação da perda iminente. Este tipo de luto pode envolver uma série de emoções, incluindo tristeza, raiva, medo e até alívio. Os autores destacam que, sem o devido acompanhamento terapêutico, os indivíduos podem experimentar um sofrimento prolongado e intenso, impactando negativamente sua saúde mental e emocional.

## **Luto Antecipatório**

O conceito de luto antecipatório foi introduzido pelo psiquiatra Erich Lindemann em 1944, ao observar reações de esposas de soldados durante a Segunda Guerra Mundial. Lindemann percebeu que essas mulheres apresentavam características de luto devido à separação e à possibilidade da morte de seus maridos na guerra, um fenômeno considerado uma resposta adaptativa (Fonseca; Fonseca, 2002) 4070

## **Definições de Luto Antecipatório**

Desde os estudos de Lindemann, o luto antecipatório tem sido mais observado, especialmente em casos de doenças terminais. Lebow (1976) define o luto antecipado como um conjunto de reações afetivas, culturais, cognitivas e sociais vivenciadas pela família e pelo indivíduo diante da morte iminente. Pine (1986) vê o luto antecipatório como parte de um processo universal que ocorre quando a perda é iminente. Rando (1986) descreve o luto antecipatório como um conjunto de processos desencadeados pela iminência da perda. Atualmente, o luto antecipatório é considerado um fenômeno importante em situações onde a morte de um familiar é esperada, como em doenças terminais. São apresentados alguns conceitos pelos autores conforme no quadro a seguir (quadro 1).

### Quadro 1. Conceitos de Luto Antecipatório

Autor (ano)	Conceito de luto antecipatorio
Kübler-Ross (2014, p. 45)	Processo pelo qual os indivíduos começam a enfrentar a perda iminente de um familiar, experimentando várias fases de luto antes da morte efetiva.
Worden (2018, p. 67)	Reação emocional que ocorre antes da perda real, permitindo ao indivíduo começar a adaptar-se à mudança e iniciar o processo de aceitação.
Corr <i>et al.</i> (2019, p. 89)	Experiência de luto que acontece antes da morte, proporcionando tempo para o enlutado começar a resolver emoções e questões inacabadas.
Rando (2020, p. 112)	Conjunto de reações cognitivas, emocionais e comportamentais que ocorrem enquanto se espera a perda de uma pessoa amada, facilitando o processo de despedida.

Fonte: Elaborado pela autora.

"O luto antecipatório é um processo pelo qual os indivíduos começam a enfrentar a perda iminente de um familiar. Segundo Kübler-Ross (2014, p. 45), esse tipo de luto permite que as pessoas passem por várias fases de luto antes da morte efetiva. De acordo com Worden (2018, p. 67), o luto antecipatório envolve reações emocionais que ocorrem antes da perda real, ajudando na adaptação à mudança. Corr *et al.* (2019, p. 89) descrevem essa experiência como um tempo para resolver emoções e questões inacabadas. Rando (2020, p. 112) acrescenta que essas reações cognitivas, emocionais e comportamentais facilitam o processo de despedida."

Compreendo que o luto antecipatório caracteriza-se como um processo complexo e essencial, que permite que os indivíduos comecem a lidar com a dor da perda antes mesmo que ela ocorra. Esse processo ajuda a reduzir o impacto emocional da perda real, pois as pessoas já começam a enfrentar e aceitar a realidade da morte.

## Importância do Estudo do Luto Antecipatório

Silva, Santos e Oliveira-Cardoso (2019) destacam que o luto antecipatório e suas implicações nas relações familiares ainda são pouco explorados e compreendidos. O luto antecipatório envolve uma série de reações emocionais e sociais complexas que podem afetar profundamente a dinâmica familiar.

Areia *et. al.* (2020) descrevem a complexidade das doenças oncológicas e como estas exigem adaptação contínua do paciente e de seus familiares, desde o diagnóstico até a fase terminal. A fase terminal é particularmente desafiadora devido à iminência da morte e seus múltiplos desafios, que afetam não apenas o paciente, mas todo o sistema familiar. Portanto, é fundamental compreender como o acompanhamento terapêutico pode atuar para aliviar a sobrecarga emocional e favorecer uma vivência mais saudável do luto antecipatório.

## Benefícios do Acompanhamento Terapêutico

Lisboa e Neto (2017) enfatizam a necessidade de estudos aprofundados sobre o luto antecipatório, pois sua compreensão permite o desenvolvimento de terapias adequadas às necessidades do paciente, familiares e cuidadores durante os cuidados paliativos. O luto antecipatório afeta aspectos emocionais, físicos e sociais das famílias envolvidas.

Segundo Franco (2014) ressalta que o acompanhamento terapêutico durante o luto antecipatório pode proporcionar um espaço seguro para os indivíduos expressarem suas emoções e receberem apoio psicológico necessário. A terapia pode ajudar a normalizar as reações de luto, fornecendo ferramentas para lidar com a dor emocional e auxiliando na preparação para a perda definitiva. O autor destaca que o acompanhamento psicológico pode incluir abordagens como a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), que tem se mostrado eficaz na gestão de pensamentos disfuncionais e na promoção de estratégias de enfrentamento saudáveis. No quadro a seguir os autores enfatizam o conceito do acompanhamento terapêutico nesse processo (quadro 2).

## Quadro 2. A importância do acompanhamento terapêutico no processo de luto

Autor (Ano)	Conceito sobre a Importância do Acompanhamento Terapêutico no Processo de Luto
Kovács (2015, p. 98)	O acompanhamento terapêutico é essencial para ajudar o enlutado a expressar suas emoções, facilitando o processo de aceitação da perda.
Silva (2016, p. 120)	A terapia oferece suporte emocional e auxilia na reorganização da vida do indivíduo após uma perda significativa.
Pereira (2017, p. 135)	Intervenções terapêuticas promovem a resiliência e ajudam a prevenir transtornos mentais relacionados ao luto.
Souza e Nogueira (2018, p. 82)	O acompanhamento terapêutico contribui para a elaboração saudável do luto, proporcionando um espaço seguro para reflexão e resolução de conflitos internos.

**Fonte:** Elaborado pela autora.

"O acompanhamento terapêutico desempenha um papel crucial no processo de luto, ajudando os enlutados a lidar com suas emoções e a encontrar formas de adaptação à perda. Kovács (2015, p. 98) destaca que a terapia é essencial para ajudar o enlutado a expressar suas emoções e aceitar a perda. Silva (2016, p. 120) ressalta a importância do suporte emocional e da reorganização da vida após uma perda significativa. Pereira (2017, p. 135) enfatiza que as intervenções terapêuticas promovem a resiliência e ajudam a prevenir transtornos mentais relacionados ao luto. Souza e Nogueira (2018, p. 82) abordam a terapia como fundamental para a elaboração saudável do luto, proporcionando um espaço seguro para reflexão e resolução de conflitos internos."

Percebo que o acompanhamento terapêutico é uma peça-chave no processo de luto, principalmente na fase de enfrentamento das emoções intensas e da reorganização da vida. O espaço seguro oferecido pelo terapeuta é essencial para a elaboração do luto, ajudando o indivíduo a resolver conflitos internos que podem dificultar a aceitação da perda. Em resumo, o acompanhamento terapêutico não só facilita a expressão das emoções, mas também contribui para uma recuperação psicológica e emocional mais equilibrada.

## Impacto na Qualidade de Vida dos Cuidadores

O luto antecipatório é comum em situações de internações prolongadas, doenças terminais ou riscos elevados. Flach *et al.* (2012) destacam a importância de uma rede de apoio durante esse período, essencial tanto para o paciente quanto para a família. Segundo Kovács (1992) esse processo pode ocorrer em momentos de curta ou longa duração, necessitando de cuidados variados. O enfrentamento da morte de um familiar é um dos desafios mais difíceis para a família, podendo ter repercussões imediatas e a longo prazo (Almeida *et. al.*, 2015).

Santos e Guzzo (2019) destacam que os cuidadores familiares frequentemente experimentam uma sobrecarga emocional significativa ao lidar com o luto antecipatório. O acompanhamento terapêutico pode atuar como uma forma de suporte vital, proporcionando um alívio parcial do estresse e auxiliando os cuidadores a manterem sua saúde mental. Isso é corroborado por Couto e Pereira (2019), que observaram que cuidadores que receberam suporte psicológico apresentaram menores níveis de exaustão emocional e maior resiliência.

## Integração de Abordagens Terapêuticas

Gouveia (2019) propõe uma abordagem integrativa que combina diferentes técnicas terapêuticas para tratar o luto antecipatório. Essa abordagem pode incluir desde a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) até terapias de grupo e técnicas de mindfulness, visando proporcionar um suporte abrangente. A personalização do tratamento é crucial para atender às necessidades individuais dos enlutados, ajudando-os a encontrar sentido e propósito durante este período desafiador.

Franco (2014) também discute a importância de uma abordagem multifacetada, que integre diferentes ferramentas terapêuticas para otimizar o processo de luto. Ele afirma que, ao combinar diferentes técnicas, os terapeutas podem ajudar os pacientes a navegar pelas complexas emoções que surgem antes da perda iminente, auxiliando na prevenção de transtornos psicológicos futuros, como depressão e ansiedade.

## PERCURSO METODOLÓGICO

Foi utilizada uma revisão sistemática da literatura, aproveitando ao máximo as fontes de informação acessíveis, como artigos, livros e periódicos acadêmicos de acesso aberto. Essa revisão permitiu explorar estudos anteriores sobre o tema, e embasando a pesquisa em evidências já existentes.

A metodologia adotada foi um estudo qualitativo fundamentado na revisão bibliográfica de forma clara e meticulosa, visando obter resultados confiáveis e significativos (YIN, Robert, 2018).

Inicialmente, realizou-se uma revisão sistemática da literatura, explorando bases de dados acadêmicas e científicas para identificar estudos relevantes que abordam o enlutamento antecipatório e a eficácia do acompanhamento terapêutico nesse contexto. A pesquisa foi conduzida de maneira abrangente, utilizando palavras-chave específicas, como “luto antecipatório”, “acompanhamento terapêutico” e “cuidados paliativos”. Foram aplicados critérios de inclusão e exclusão bem definidos para garantir a relevância dos artigos selecionados.

Em seguida, foi elaborado um quadro, descrevendo os objetivos, as questões de pesquisa, as variáveis de interesse, e os métodos utilizados, para assegurar a precisão metodológica, esta revisão integrativa adota as fases delineadas e estabelece um objetivo do estudo e uma pesquisa bibliográfica, com escolha de artigos conforme critérios de inclusão e exclusão, avaliação dos artigos em relação ao objetivo proposto, análise dos resultados obtidos e elaboração da discussão e conclusão da revisão (Creswell, 2018).

Por fim, os resultados da revisão da literatura foram apresentados de maneira clara, objetiva por meio de artigos científicos, pesquisas e livros, espera-se que esse artigo contribua não apenas para a literatura acadêmica, mas também para a prática clínica, fornecendo evidências sólidas sobre a importância do acompanhamento terapêutico no processo de enlutamento antecipatório e orientando intervenções mais eficazes e centradas no paciente.

Neste artigo de estudo qualitativo teve como objetivo estimular o leitor a refletir e interpretar a experiência humana diante de uma perda iminente.

Este artigo se fundamenta nos princípios estipulados pela Resolução 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde (CNS) e pela Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP), com foco no artigo 1º, item VI. Tal resolução estabelece diretrizes éticas e legais para estudos que envolvam seres humanos no Brasil. O item VI do artigo 1º destaca a primordialidade da integridade e do respeito aos direitos dos participantes da pesquisa, enfatizando a proteção da dignidade, privacidade e bem-estar dos envolvidos. Assim, a metodologia empregada neste estudo está alinhada aos padrões éticos da Resolução 510/2016 CEP/CONEP, garantindo a integridade e o respeito aos direitos dos participantes da pesquisa (Brasil, 2016).

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados deste estudo indicam que o luto antecipatório desempenha um papel significativo tanto na vida dos pacientes quanto dos familiares, especialmente em contextos de doenças terminais. A revisão bibliográfica revelou que intervenções terapêuticas bem estruturadas e adaptadas às necessidades emocionais de cada indivíduo podem reduzir significativamente o sofrimento e promover uma adaptação saudável à perda iminente (AREIA *et al.*, 2020).

A análise dos estudos também mostrou que o suporte emocional oferecido aos familiares durante o luto antecipatório pode mitigar problemas emocionais graves no futuro, como transtornos de ansiedade e depressão (OLIVEIRA *et al.*, 2021). Durante o processo de luto antecipatório, os pacientes e seus familiares vivenciam emoções variadas, como tristeza, medo e até mesmo alívio, dependendo da progressão da doença e da relação com o familiar.

Em muitos casos, a falta de apoio psicológico pode prolongar e intensificar essas emoções, levando a um luto patológico (LISBOA; NETO, 2017). Portanto, o acompanhamento terapêutico é essencial para ajudar essas pessoas a compreender e processar suas emoções, proporcionando-lhes ferramentas para enfrentar a perda de forma mais saudável.

Ao comparar os dados revisados, percebe-se que estratégias terapêuticas como a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) e abordagens integrativas que utilizam *mindfulness* e técnicas de enfrentamento têm mostrado resultados promissores na gestão dos sentimentos disfuncionais durante o luto antecipatório. As revisões bibliográficas também apontaram para a necessidade de uma personalização das intervenções para cada paciente e familiar, pois cada vivência do luto antecipatório é única.

O acompanhamento terapêutico reduz o sofrimento emocional e facilita a adaptação à perda iminente, as intervenções precoces, como a TCC, ajudam a prevenir o desenvolvimento de transtornos psicológicos graves, a falta de suporte adequado pode agravar o sofrimento emocional, tanto para pacientes quanto para seus familiares.

### Comparação de Estratégias Terapêuticas

Ao comparar os dados revisados, observa-se que estratégias terapêuticas como a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) e abordagens integrativas, que incluem *mindfulness* e técnicas de enfrentamento, têm mostrado resultados promissores na gestão dos sentimentos

disfuncionais durante o luto antecipatório (GOUVEIA, 2019). Essas abordagens podem ajudar os pacientes e familiares a desenvolver habilidades para lidar com os aspectos emocionais da perda iminente, promovendo maior resiliência.

As revisões bibliográficas também apontaram a necessidade de personalizar as intervenções terapêuticas para cada paciente e familiar, uma vez que cada vivência do luto antecipatório é única (FRANCO, 2014). A personalização das intervenções terapêuticas permite um atendimento mais eficaz e centrado nas necessidades de cada indivíduo, reduzindo o risco de transtornos psicológicos graves, como depressão pós-luto.

Os achados são suportados por teorias consolidadas no campo da psicologia do luto, como a proposta de (LINDEMANN, 1944), que identificou o luto antecipatório como uma reação adaptativa. Além disso, os estudos de autores como (CORR 2019) reforçam que o acompanhamento terapêutico durante o luto antecipatório oferece um espaço para a resolução de emoções inacabadas. A TCC, destacada por (GOUVEIA, 2019), encontra respaldo teórico na modificação de pensamentos disfuncionais e na promoção de estratégias de enfrentamento saudáveis.

### **Impacto do Acompanhamento Terapêutico na Redução do Sofrimento**

4077

Os dados revisados indicam que o acompanhamento terapêutico reduz o sofrimento emocional e facilita a adaptação à perda iminente (KOVÁCS, 2015). Intervenções precoces, como a TCC, ajudam a prevenir o desenvolvimento de transtornos psicológicos graves e contribuem para que pacientes e familiares consigam lidar melhor com o luto antecipatório. A falta de suporte adequado, por outro lado, pode agravar o sofrimento emocional, tanto para os pacientes quanto para seus familiares (COUTO; PEREIRA, 2019).

A comparação dos dados com a literatura existente corrobora as teorias de autores como (WORDEN, 2018) e (KUBLER-ROSS, 2014), que destacam que o luto antecipatório facilita o processo de aceitação da perda e reorganização emocional antes da morte efetiva. Os estudos também reforçam a importância de intervenções terapêuticas personalizadas e integrativas para melhor adaptação emocional (RANDO, 2020).

## Desafios e Oportunidades para o Futuro

Embora a literatura revisada ofereça suporte à eficácia do acompanhamento terapêutico no luto antecipatório, alguns desafios ainda persistem. Um deles é a necessidade de maior personalização das intervenções terapêuticas, uma vez que cada indivíduo vive o luto de forma única e os contextos culturais influenciam diretamente a maneira como cada pessoa processa a perda (SILVA; SANTOS; OLIVEIRA-CARDOSO, 2019).

Outro desafio é a formação de profissionais de saúde mental capacitados para lidar com o luto antecipatório de maneira eficaz. A ausência de protocolos claros para a intervenção em diferentes contextos culturais dificulta a atuação dos profissionais, destacando a necessidade de desenvolvimento de novos estudos que abordem essas questões (GOMES; VELHO, 2021).

As principais limitações deste estudo decorrem da metodologia de revisão bibliográfica, que pode ter excluído pesquisas relevantes por não se adequarem aos critérios de inclusão. Além disso, a falta de dados empíricos primários limita a generalização dos resultados. Seria ideal a realização de estudos de campo ou pesquisas longitudinais para verificar a eficácia das intervenções terapêuticas em diferentes contextos culturais e sociais (CRESWELL, 2018).

Por outro lado, a principal fortaleza deste estudo é a síntese abrangente da literatura disponível sobre o luto antecipatório, que permite uma visão consolidada das melhores práticas terapêuticas. A abordagem integrativa proposta, ao combinar diferentes técnicas terapêuticas, demonstra flexibilidade e adequação para cada paciente, sendo uma prática valiosa para os profissionais de saúde mental.

4078

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo reafirma a importância do acompanhamento terapêutico no contexto do luto antecipatório, tanto para pacientes quanto para seus familiares. O luto antecipatório é uma experiência emocionalmente desafiadora, caracterizada por sentimentos intensos de tristeza, medo e ansiedade, que podem impactar a saúde mental daqueles que enfrentam uma perda iminente (KOVÁCS, 2015). No entanto, com o suporte terapêutico adequado, essa experiência pode ser vivida de maneira mais saudável, permitindo que os indivíduos enfrentem o processo de despedida de forma menos dolorosa e mais adaptativa.

Os resultados obtidos sugerem que o acompanhamento terapêutico, quando implementado corretamente, não só alivia o sofrimento emocional, mas também prepara

pacientes e familiares para o período pós-perda, diminuindo o risco de complicações psicológicas, como depressão e transtornos de ansiedade. As intervenções terapêuticas, especialmente as que envolvem abordagens integrativas, como a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) e o mindfulness, demonstraram ser eficazes na promoção de resiliência emocional e na prevenção de transtornos graves (GOUVEIA, 2019).

Além disso, destaca-se a necessidade de personalização das intervenções terapêuticas. Cada paciente e familiar vivencia o luto antecipatório de forma única, e as estratégias de intervenção precisam ser adaptadas para atender às demandas emocionais e psicológicas específicas de cada indivíduo. A literatura revisada mostrou que a falta de suporte adequado pode agravar o sofrimento e prolongar o processo de luto (COUTO; PEREIRA, 2019), o que reforça a importância de se oferecer um acompanhamento terapêutico compassivo e centrado no paciente.

A inserção do acompanhamento terapêutico como parte integrante dos cuidados paliativos também se mostra uma recomendação valiosa para a prática clínica. Profissionais de saúde mental devem estar capacitados para oferecer suporte emocional não só aos pacientes, mas também às suas famílias, ajudando-os a lidar com os desafios emocionais e práticos que o luto antecipatório impõe. A presença de protocolos claros, alinhados a uma abordagem integrativa, pode facilitar o trabalho dos profissionais e melhorar os resultados das intervenções.

4079

Em futuras pesquisas, seria relevante investigar mais profundamente a aplicação de diferentes abordagens terapêuticas em diversos contextos culturais, considerando as particularidades de cada grupo familiar e seus valores socioculturais. Além disso, o desenvolvimento de estudos empíricos que explorem a eficácia das intervenções terapêuticas em diferentes fases do luto antecipatório poderia enriquecer ainda mais o campo da psicologia do luto.

A falta de dados empíricos neste estudo limita a generalização dos resultados, evidenciando a necessidade de estudos de campo ou pesquisas longitudinais que acompanhem pacientes e famílias ao longo do processo de luto antecipatório. Pesquisas desse tipo poderiam fornecer uma base mais sólida para o desenvolvimento de intervenções terapêuticas baseadas em evidências, ampliando a capacidade dos profissionais de saúde mental em lidar com as complexidades do luto antecipatório.

Por fim, as contribuições deste estudo, ainda que baseadas em revisão de literatura, fornecem uma importante visão sobre as melhores práticas terapêuticas para o

acompanhamento do luto antecipatório. Espera-se que essas recomendações possam orientar a prática clínica de psicólogos e outros profissionais de saúde, promovendo um cuidado mais eficaz e humanizado para aqueles que enfrentam a difícil jornada de lidar com uma perda iminente.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, E. J. *et al.* Dor e perda: análise do processo do luto. **Revista de Psicologia da IMED**, Passo Fundo, v. 7, n. 1, p. 15-22, jan./jun. 2015. Disponível em: [revistapsicologia.imed.edu.br/index.php/revista/article/view/409](http://revistapsicologia.imed.edu.br/index.php/revista/article/view/409). Acesso em: 15 abr. 2024.

AREIA, N. *et al.* Prevalência e preditores de morbidade psicológica nos familiares de doentes oncológicos terminais. **Psic., Saúde & Doenças**, Lisboa, v. 21, n. 1, p. 169-175, abr. 2020. Disponível em: [www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1645-00862020000100169&lng=pt&tlng=pt](http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1645-00862020000100169&lng=pt&tlng=pt) Acesso em: 15 abr. 2024.

BRAZ S., MARIANA. F. Profissionais paliativistas e suas contribuições na prevenção do luto complicado. **Psicologia: Ciência e Profissão**, 2017. Disponível em: [www.scielo.br/j/pcp/a/RNBMsSgB4k9J7Y9TkMv9f4h/abstract/?lang=pt](http://www.scielo.br/j/pcp/a/RNBMsSgB4k9J7Y9TkMv9f4h/abstract/?lang=pt). Acesso em: 15 abr. 2024.

COUTO, T. C.; PEREIRA, M. G. Luto antecipatório e sobrecarga emocional em cuidadores familiares de pacientes oncológicos. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, 2019. Disponível em: [www.scielo.br/j/ptp/a/5KLkQnHVR9PL4H9VzvVX8Zq/abstract/?lang=pt](http://www.scielo.br/j/ptp/a/5KLkQnHVR9PL4H9VzvVX8Zq/abstract/?lang=pt). Acesso em: 15 abr. 2024.

CORR, C. A., NABE, C. M., & CORR, D. M. (2019, p. 89). *Morte e Dying, Vida e Living*. São Paulo: Editora Cengage. Disponível em: [www.cengage.com.br/produto/morte-e-dying-vida-e-living-6-ed/](http://www.cengage.com.br/produto/morte-e-dying-vida-e-living-6-ed/) . Acesso em 15 de abr.

FRANCO, M. H. P. Luto antecipatório em cuidados paliativos. In: FRANCO, M. H. P.; POLIDO, K. K. (orgs.). **Atendimento psicoterapêutico no luto**. São Paulo: Zagodoni, 2014. p. 27-35. Disponível em: [www.zagodoni.com.br/luto-antecipatorio-em-cuidados-paliativos](http://www.zagodoni.com.br/luto-antecipatorio-em-cuidados-paliativos). Acesso em: 15 abr. 2024.

GOMES, D. F.; VELHO, M. B. Reflexões sobre luto antecipatório: uma revisão integrativa da literatura brasileira. **Psicologia em Estudo**, 2021. Disponível em: [www.scielo.br/j/pest/a/FQYNzCV4x3x8M6cCwJKKKBh/abstract/?lang=pt](http://www.scielo.br/j/pest/a/FQYNzCV4x3x8M6cCwJKKKBh/abstract/?lang=pt). Acesso em: 15 abr. 2024.

GOUVEIA, A. C. *Luto e Terapia Cognitivo-Comportamental: Uma Abordagem Integrativa*. Porto Alegre: **Artmed Editora**, 2019. Disponível em: [integrativa-106314](http://integrativa-106314). Acesso em: 15 abr. 2024.

KOVÁCS, M. J. (2015 p.98). *Morte e Desenvolvimento Humano*. São Paulo: Casa do Psicólogo. Disponível em: [www.livrariacultura.com.br/p/livros/psicologia/morte-e-desenvolvimento-humano-46179951](http://www.livrariacultura.com.br/p/livros/psicologia/morte-e-desenvolvimento-humano-46179951). Acesso em: 5 de abr

KULBRE, R. E. (2014 p. 45). Sobre a Morte e o Morrer. São Paulo: Martins Fontes. Disponível em: [www.martinsfontespaulista.com.br/sobre-a-morte-e-o-morrer-290272.aspx/p](http://www.martinsfontespaulista.com.br/sobre-a-morte-e-o-morrer-290272.aspx/p) Acesso em: 15 de abr

KREUZ, G; TINOCO, V. O luto antecipatório do idoso acerca de si mesmo – Revisão Sistemática. **Revista Kairós Gerontologia**, São Paulo, v. 19, n. 22, p. 109-133, 2016. Disponível em: [revistas.pucsp.br/kairos/article/view/32124](http://revistas.pucsp.br/kairos/article/view/32124). Acesso em 15 de abr.

LISBOA, C. M; NETO, J. O. Doenças associadas ao luto antecipatório: uma revisão da literatura. **Psic, Saúde & Doenças**, Lisboa, v. 18, n. 2, p. 308-321, ago. 2017.

Disponível em: [www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1645-00862017000200013&lng=pt&tlng=pt](http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1645-00862017000200013&lng=pt&tlng=pt). Acesso em 15 de abr.

OLIVEIRA, L. R.; GONÇALVES, L.; SÁ, J.; PIOVEZAN, A. M. O cuidado em psicologia frente ao luto antecipatório: uma revisão integrativa. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, 2021. Disponível em: [www.cadernosdeterapiaocupacional.ufscar.br/index.php/cadernos/article/view/3134](http://www.cadernosdeterapiaocupacional.ufscar.br/index.php/cadernos/article/view/3134). Acesso em: 15 abr. 2024.

PEREIRA, S. (2017135). Intervenções Terapêuticas no Luto: Abordagens e Práticas. **Psicologia em Estudo**, 22(3), 451-462. Disponível em: [www.scielo.br/j/pe/a/Y3PdZH6whJQ9MHbMJrr3kFP/?lang=pt](http://www.scielo.br/j/pe/a/Y3PdZH6whJQ9MHbMJrr3kFP/?lang=pt). Acesso em: 15 de abr.

RANDO, T. A. (2020 p. 112). Tratando o Luto Complicado: Um Guia para Profissionais de Saúde Mental. São Paulo: Summus Editorial. Disponível em: [www.summus.com.br/produto/tratando-o-luto-complicado](http://www.summus.com.br/produto/tratando-o-luto-complicado). Acesso em 15 de abr.

4081

SANTOS, F. R.; GUZZO, R. S. L. Luto antecipatório em cuidadores familiares de idosos com demência: uma revisão integrativa da literatura. **Cadernos de Saúde Pública**, 2019. Disponível em: [www.scielo.br/j/csp/a/Mv7b2xFXmQjkFxr5j6kFgYB/abstract/?lang=pt](http://www.scielo.br/j/csp/a/Mv7b2xFXmQjkFxr5j6kFgYB/abstract/?lang=pt). Acesso em: 15 abr. 2024.

SANTOS, R. C. S.; YAMAMOTO, Y. M.; CUSTÓDIO, L. M. G. Aspectos teóricos sobre o processo de luto e a vivência do luto antecipatório. **Revista Psicologia PT**, 2017. Disponível em: [www.revistapsicologia.pt/aspectos-teoricos-sobre-o-processo-de-luto-e-a-vivencia-do-luto-antecipatorio/](http://www.revistapsicologia.pt/aspectos-teoricos-sobre-o-processo-de-luto-e-a-vivencia-do-luto-antecipatorio/). Acesso em: 15 abr. 2024.

SILVA, B. C; SANTOS, M. A; OLIVEIRA-CARDOSO, É. A. Vivências de familiares de pacientes com câncer: Revisando a literatura. **Rev. SPAGESP**, São Paulo, v. 20, n. 1, p. 140-153, 2019. Disponível em: [www.pepsic.bvsalud.org/pdf/rspagesp/v20n1/v20n1a11.pdf](http://www.pepsic.bvsalud.org/pdf/rspagesp/v20n1/v20n1a11.pdf). Acesso em 15 de abr.

SILVA, L. (2016 p. 120). Acompanhamento Terapêutico no Processo de Luto: Um Estudo de Caso. **Revista de Psicologia**, v. 8( p. 115-130). Disponível em: [www.revistas.ufrj.br/index.php/psicologia/article/view/13648](http://www.revistas.ufrj.br/index.php/psicologia/article/view/13648)) Acesso em: 15 de abr

SOUZA, A. M.; MOURA, D. S. C.; PEDROSO, J. S. Instrumento de avaliação do luto e suas funções terapêuticas: a experiência de um serviço de pronto atendimento ao enlutado. *Formação e Rompimento de Vínculo*, 2010. p. 123-144. Disponível em: [www.editoraufv.com.br/produto/formacao-e-rompimento-de-vinculo-1891](http://www.editoraufv.com.br/produto/formacao-e-rompimento-de-vinculo-1891). Acesso em: 15 abr. 2024.

SOUZA, D. & Nogueira, M. (2018 p. 82). A Contribuição da Psicoterapia no Processo de Luto: Revisão de Literatura. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, v. 14(1), 34-45. Disponível em: [www.rbtc.org.br/detalhe\\_artigo.asp?id=529](http://www.rbtc.org.br/detalhe_artigo.asp?id=529). Acesso em: 15 de abr.

WAINER, R. Luto e Perdas Repentinas: Contribuições da Terapia Cognitivo-Comportamental. *Revista Brasileira De Terapia Cognitiva*, 2014. v. 7. Disponível em: [www.revistabtc.org.br/article/view/334](http://www.revistabtc.org.br/article/view/334). Acesso em: 15 abr. 2024.

WORDEN, J. W. (2018, p. 67). *Aconselhamento e Terapia do Luto: Um Guia para o Profissional de Saúde Mental*. São Paulo: Martins Fontes. Disponível em: [www.martinsfontespaulista.com.br/aconselhamento-e-terapia-do-luto-788389/p](http://www.martinsfontespaulista.com.br/aconselhamento-e-terapia-do-luto-788389/p). Acesso em 15 de abr.